Cybex Arc Trainer® 750A/750AT
Bedienungsanleitung

Herz-Kreislauf-Trainingssystem

Teilenummer 5750-1 D

www.cybexinternational.com

Cybex Arc Trainer® 750A/750AT
Bedienungsanleitung

Herz-Kreislauf-Trainingssystem

Teilenummer 5750-1 D

Cybex® und das Cybex-Logo sind eingetragene Marken von Cybex International, Inc.
Polar® ist eine eingetragene Marke von Polar Electro Inc.
iPOD® ist eine eingetragene Marke von Apple Inc.

HAFTUNGSAUSSCHLUSS: Cybex International, Inc. gewährt keine Sicherheiten oder Garantien in Bezug auf den Inhalt dieses Handbuchs. Wir behalten uns das Recht vor, dieses Dokument bzw. das hierin beschriebene Produkt jederzeit und ohne Vorankündigung zu ändern, ohne die Verpflichtung einzugehen, Personen von solchen Änderungen zu benachrichtigen.

© 2009, Cybex International, Inc. Alle Rechte vorbehalten. Gedruckt in den Vereinigten Staaten von Amerika.

10 Trotter Drive Medway, MA 02053 USA • 888-462-9239 • 508-533-4300 • FAX 508-533-5183
www.cybexinternational.com • techhelp@cybexintl.com • 5750-1 D • November 2009

Inhaltsverzeichnis

Titelseiten
Über dieses Handbuch iii
Einhaltung der FCC-Vorschriften. iii

1 Sicherheit
Erdungs- und Netzspannungsinformationen . . . 1-1
Wichtige Sicherheitshinweise 1-2
Warnungs-/Achtung-Aufkleber 1-4
CSAFE-Anschlüsse. 1-7

2 Zusammenbau und Einstellung
Warn- und Vorsichtshinweise 2-1
Auswahl und Vorbereitung des Aufstellungsorts 2-1
Elektrikanforderungen 2-1
Zusammenbau des Geräts 2-2
Funktionsprüfung. 2-15
Setup-Bildschirm 2-16

3 Bedienung
Vorgesehene Verwendung 3-1
Verwendete Begriffe 3-1
Auf- und Absteigen 3-2
Absteigen im Notfall 3-2
Bewegungsbereich 3-3
Konsolentasten 3-4
Audiovisuelles (AV) Tastenfeld – Optional. 3-6
Programmauswahl 3-7
Einrichtung der Programme P1 – P9. 3-8
Einrichtung der Programme Manuell und Quick Start 3-8
Einrichtung der Programme A1 – A2 für gut trainierte Benutzer 3-8
Benutzerdefinierte Programme 3-10
Angezeigte Daten 3-10
Herzfrequenzanzeige 3-11
Lüfterregelung 3-12
Einrichtung von Alarmen 3-12
Batteriewächter 3-12

4 Vorbeugende Wartung
Warnhinweise 4-1
Reinigung des Geräts 4-1
Vorbeugende Wartungsmaßnahmen 4-2
Zugangsabdeckung abnehmen. 4-2
Zugangsabdeckung anbringen 4-2
Antriebsriemen 4-3
Empfohlener Wartungsplan. 4-3
Statistik 4-4
Fehlercodes. 4-5
Akku 4-6
Umgebungsbedingungen 4-6

5 Kundendienst
Kontaktinformationen 5-1
Seriennummer. 5-1
Bestellinformationen 5-2
Service doppelt isolierter Produkte 5-2
Beschädigte Teile 5-3
Rückgabegenehmigung (RMA 5-3

Anhang A – Technische Daten A-1

Anhang B – Programmüberblick. B-1

Anhang C – Teilelisten C-1

Anhang D – Explosionsdarstellungen D-1

Anhang E – Schaltpläne. E-1

Über dieses Handbuch

Jedes Gerät wird mit einer Bedienungsanleitung geliefert. Zusätzliche Exemplare dieser Anleitung oder eines anderen Cybex-Handbuchs können durch Kontaktaufnahme mit dem Cybex-Kundendienst bestellt werden (siehe ***Kapitel 5 – Kundendienst***).

Senden Sie Fragen oder Kommentare zu diesem Handbuch per E-Mail unter techpubs@cybexintl.com an Cybex.

Einhaltung der FCC-Vorschriften

WARNUNG: Am Gerät vorgenommene Änderungen oder Manipulationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung dieser Vorschriften zuständigen Behörde genehmigt wurden, können die Genehmigung zur Verwendung dieses Geräts null und nichtig machen!

Dieses Gerät wurde gemäß Teil 15 der FCC-Vorschriften (US-Fernmeldebehörde) getestet und entspricht den Grenzwerten für ein digitales Gerät der Klasse B. Diese Grenzwerte dienen dem angemessenen Schutz vor schädlicher Strahlung bei Installation in Wohngebäuden.

Dieses Gerät erzeugt und verwendet Hochfrequenzenergie, die bei unsachgemäßer Installation und Verwendung durch Strahlungen Funkstörungen verursachen kann. Es gibt keine Garantie dafür, dass bei bestimmten Installationen keine Störungen auftreten.

Wenn dieses Gerät Störungen des Radio- oder Fernsehempfangs verursacht (durch Ein- und Ausschalten der Geräte prüfen), sollte der Benutzer versuchen, die Störung durch eine oder mehrere der folgenden Maßnahmen zu beheben:

- Neuausrichtung oder -aufstellung der Empfangsantenne.
- Vergrößerung des Abstands zwischen Trainingsgerät und Empfänger.
- Anschluss des Geräts an eine Steckdose eines anderen Stromkreises als den des Empfängers.
- Konsultation des Vertragshändlers oder eines erfahrenen Rundfunk-/Fernsehtechnikers.

Leerseite.

1 – Sicherheit

WICHTIG: *Vor Verwendung alle Anweisungen und Vorsichtsmaßnahmen lesen.*

Erdungs- und Netzspannungsinformationen

GEFAHR: Der falsche Anschluss des Schutzleiters kann zu einem Stromschlag führen. Bei Fragen zum ordnungs-gemäßen Erdungsanschluss des Geräts einen qualifizierten Elektriker oder Servicetechniker zu Rate ziehen.

Für den optionalen Netzadapter

Das Gerät muss geerdet werden. Es ist mit einem optionalen Netzkabel mit Schutzleiter und einem Schukostecker ausgestattet.

Keinen Erdungsadapter verwenden, um das Netzkabel an eine nicht geerdete Steckdose anzuschließen.

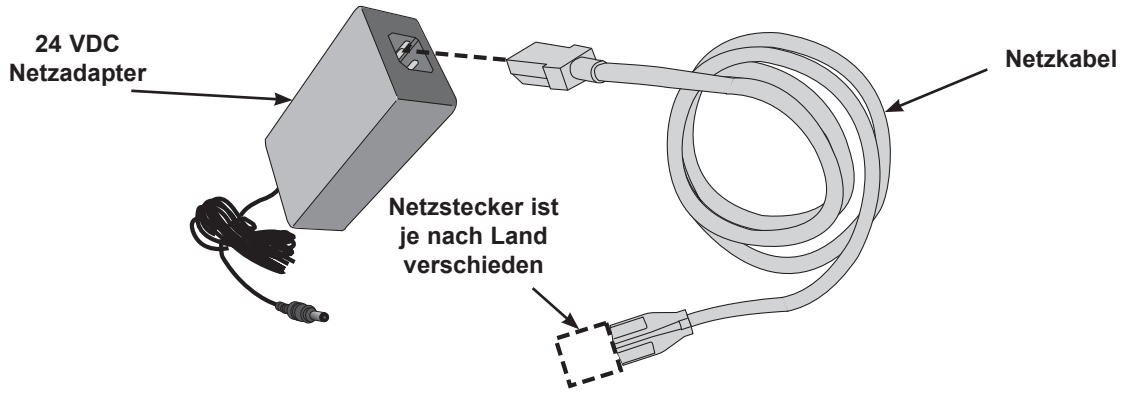
Den Netzstecker in eine Steckdose stecken, die in Übereinstimmung mit allen geltenden Richtlinien installiert und geerdet wurde.

Bei einer Störung des Geräts gewährleistet die Erdung einen Stromableitungspfad mit dem geringsten Widerstand, wodurch das Risiko eines Stromschlags reduziert wird.

Cybex ist nicht für Verletzungen oder Schäden auf Grund der Modifizierung des Netzkabels und -steckers verantwortlich.

Sicherstellen, dass die Spannungsanforderungen am Aufstellungsort mit der Spannung des Geräts übereinstimmen.

Sicherstellen, dass die Steckdose des Geräts dieselbe Konfiguration wie der Netzstecker aufweist.



HINWEIS: *Ausschließlich von Cybex gelieferte Netzadapter und -kabel verwenden.*

Wichtige Sicherheitshinweise

(Diese Anweisungen bitte aufbewahren.)

GEFAHR: Um das Risiko von Stromschlägen zu minimieren, das Gerät sofort nach der Verwendung und vor der Reinigung vom Netz trennen.

WARNUNG: Missachtung der angegebenen Vorsichtsmaßnahmen kann schwere Verletzungen verursachen. Die Vorsichtsmaßnahmen einhalten, um das Risiko von Verbrennungen, Bränden, Stromschlägen und Verletzungen zu minimieren.

Sicherheitsvorkehrungen für den Benutzer

Vor erstmaliger Trainingsaufnahme ärztlich untersuchen lassen.

WARNUNG: Systeme zur Herzfrequenz-Kontrolle können ungenaue Werte anzeigen. Übermäßiges Training kann zu schweren oder tödlichen Verletzungen führen. Bei Schwäche das Training sofort abbrechen.

Wenn beim Training Schwäche, Schwindelgefühl oder Schmerzen auftreten, das Training sofort abbrechen und einen Arzt konsultieren.

Vor Verwendung des Geräts alle Anweisungen lesen.

Vor Verwendung des Geräts die Bedienungsanleitung und alle am Gerät angebrachten Vorsichtsmaßnahmen lesen und befolgen.

Kinder vom Gerät fernhalten. Jugendliche und behinderte Personen beaufsichtigen.

Die Handläufe zur Verbesserung der Stabilität und Balance verwenden.

Vor dem Absteigen warten, bis die Fußplatten zum Stillstand gekommen sind.

Die Oberfläche der Fußplatten sauber und trocken halten.

Beim Training **KEINE** losen oder herabhängenden Kleidungsstücke tragen.

Körperteile und andere Objekte von beweglichen Teilen fernhalten.

Das **MAXIMALE** Benutzergewicht beträgt 180 kg (400 Pfund). Dies ist das maximal zugelassene Benutzergewicht.

Jegliche Fehlfunktionen, Schäden oder Reparaturen einer zuständigen Person melden.

Beschädigte, abgenutzte oder unleserliche Sicherheitsaufkleber ersetzen.

Sicherheitsvorkehrungen für den Betreiber

HINWEIS: *Die Durchführung von regelmäßigen Wartungsmaßnahmen liegt in der alleinigen Verantwortung des Benutzers, Eigentümers oder Betreibers.*

Sicherstellen, dass alle Sicherheitsvorkehrungen vom Benutzer eingehalten werden.

Die Bedienungsanleitung vor Zusammenbau, Wartung oder Verwendung des Geräts vollständig durchlesen.

Sicherstellen, dass alle Benutzer in die ordnungsgemäße Verwendung des Geräts eingewiesen werden.

Das Gerät nicht im Freien verwenden.

Sicherstellen, dass alle Geräte auf einer stabilen, waagerechten Oberfläche aufgestellt und betrieben werden. Keine Geräte auf einer unebenen Oberfläche installieren.

Ausreichend Platz für den sicheren Zugang und Gebrauch des Geräts gewährleisten.

Nur von Cybex gelieferte Netzadapter verwenden.

Den optionalen Netzadapter nicht an einem feuchten oder nassen Ort verwenden.

Das Gerät nicht verwenden, wenn es: (1) an einen optionalen Netzadapter mit beschädigtem Kabel angeschlossen ist; (2) nicht ordnungsgemäß funktioniert oder (3) fallengelassen bzw. anderweitig beschädigt wurde. In diesem Fall an einen qualifizierten Techniker wenden.

Das GERÄT ist nicht zur Nutzung in einer Umgebung mit Sprühprodukten, ENTFLAMMBAREN GEMISCHEN VON NARKOSEMITTEL MIT LUFT oder MIT SAUERSTOFF oder STICKSTOFFMONOXID geeignet.

Regelmäßige Wartungsüberprüfungen am Gerät durchführen. Die Funktionsfähigkeit des Geräts kann nur gewährleistet werden, wenn das Gerät regelmäßig überprüft wird. Besonders auf Bereiche mit Verschleißteilen wie (unter anderem) Seilzüge, Gurtscheiben, Gurte und Griffe achten.

Beschädigte, abgenutzte oder unleserliche Sicherheitsaufkleber ersetzen.

Verschlissene oder beschädigte Komponenten unverzüglich austauschen. Falls abgenutzte oder beschädigte Komponenten nicht unverzüglich ersetzt werden können, das Gerät außer Betrieb nehmen, bis es repariert wurde.

Reparaturen an der Elektrik oder Mechanik nicht selbst durchführen. Servicearbeiten von qualifiziertem Personal durchführen lassen. Missachten dieser Anweisung kann schwere Verletzungen verursachen. Kontaktinformationen sind in ***Kapitel 5 – Kundendienst*** zu finden.

Zur Wartung/Reparatur des Geräts ausschließlich von Cybex gelieferte Komponenten verwenden.

Alle durchgeführten Wartungsmaßnahmen in ein Reparaturprotokoll eintragen.

Vor Durchführung von Servicearbeiten am Gerät den optionalen Netzadapter vom Netz trennen.

Ausschließlich von Cybex empfohlenes Zubehör am Gerät installieren.

Das Gerät kann elektromagnetische oder andere Störungen erzeugen bzw. durch Störungen von in der Nähe aufgestellten Geräten beeinflusst werden. Wenn dies vermutet wird, Vorkehrungen durch Auseinanderstellen der Geräte oder durch eine andere Art der Abschirmung treffen, um derartige Störungen zu vermeiden.

Gerät mit A/V-Optionen

Zusatzgeräte, die an Cybex-Geräte angeschlossen werden, müssen die entsprechenden Sicherheitsstandards einhalten. Dazu gehören unter anderem: UL 1647 und EN 60335-1.

Das Gerät muss in allen Kombinationen (Konfigurationen) angemessen montiert werden.

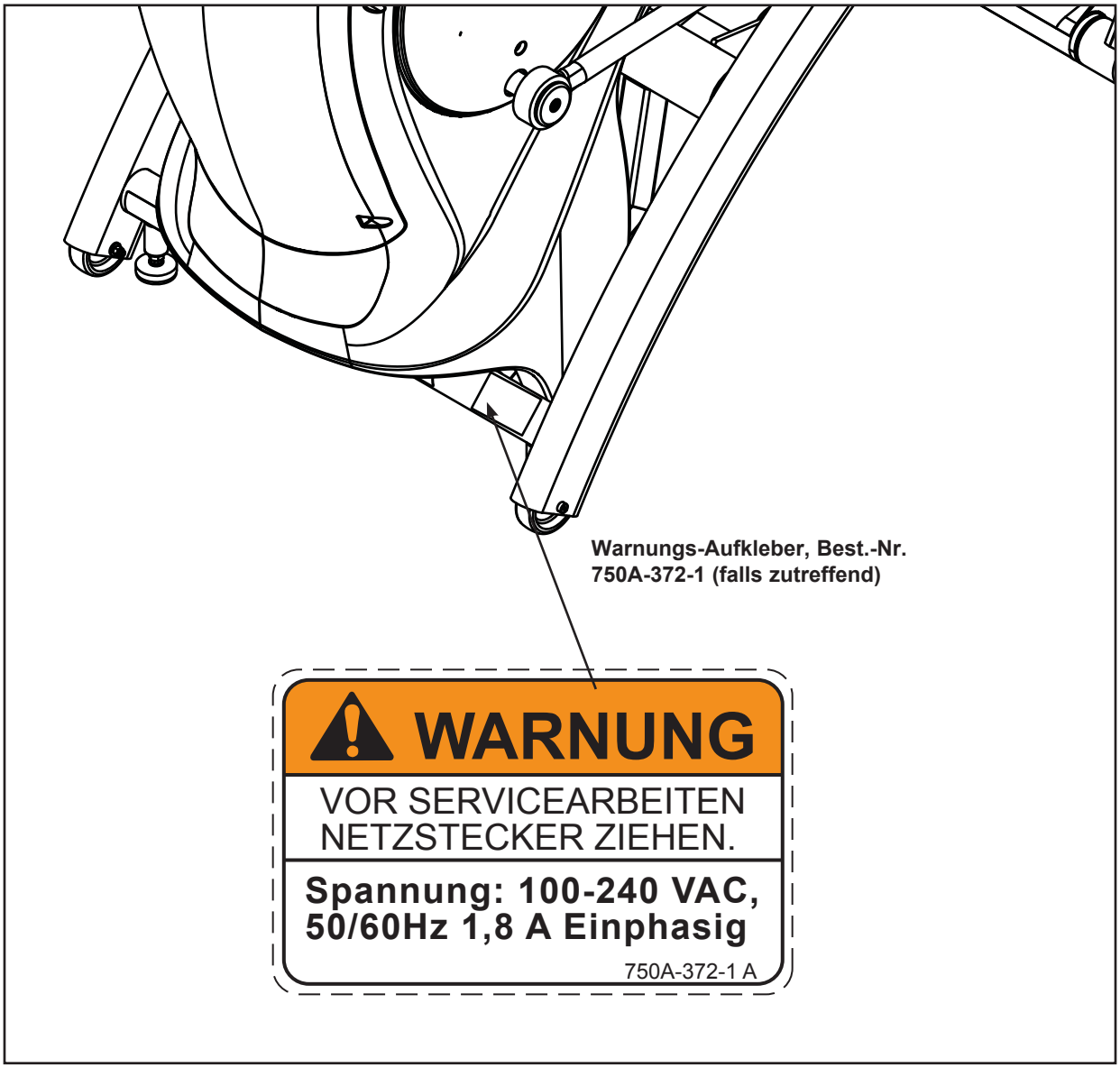
Das Zusatzgerät muss in allen Konfigurationen stabil mit der Einheit verbunden sein.

Warnungs-/Achtung-Aufkleber

HINWEIS: *Abgenutzte oder beschädigte Aufkleber ersetzen. Kontaktinformationen sind in* ***Kapitel 5 – Kundendienst*** *zu finden.*

Warnungs-Aufkleber weisen auf eine potenziell gefährliche Situation hin, die zu schweren oder tödlichen Verletzungen führen kann, wenn sie nicht vermieden wird.

Vor Verwendung des Geräts die folgenden Achtung- und Warnungs-Aufkleber durchlesen und befolgen.

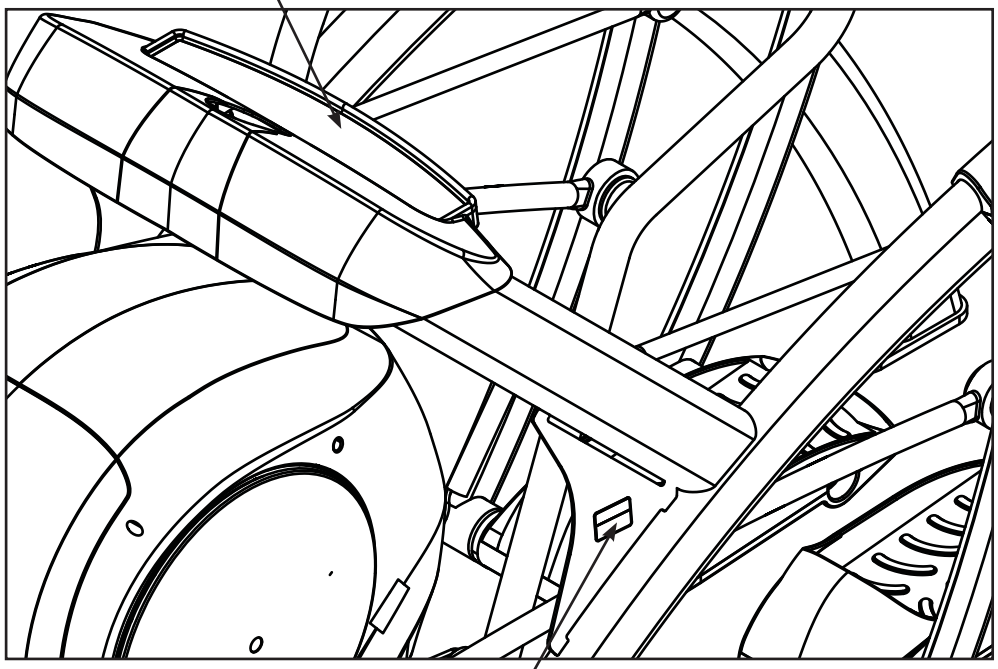


⚠ WARNUNG — **MISSACHTUNG DIESER WARNHINWEISE KANN SCHWERE VERLETZUNGEN VERURSACHEN.**

1. Vor erstmaliger Trainingsaufnahme ärztlich untersuchen lassen.
2. WARNUNG! Systeme zur Herzfrequenz-Kontrolle können ungenaue Werte anzeigen. Übermäßiges Training kann zu schweren oder tödlichen Verletzungen führen. Bei Schwäche das Training sofort abbrechen.
3. Wenn beim Training Schwäche, Schwindelgefühl oder Schmerzen auftreten, das Training sofort abbrechen und einen Arzt konsultieren.
4. Vor Verwendung des Geräts alle Anweisungen lesen.
5. Vor Verwendung des Geräts die Bedienungsanleitung und alle am Gerät angebrachten Vorsichtsmaßnahmen lesen und befolgen.
6. Kinder vom Trainingsgerät fernhalten. Jugendliche und behinderte Personen beaufsichtigen.
7. Die Handläufe zur Verbesserung der Stabilität und Balance verwenden.
8. Vor dem Absteigen warten, bis die Fußplatten zum Stillstand gekommen sind.
9. Die Oberfläche der Fußplatten sauber und trocken halten.
10. Beim Training KEINE losen oder herabhängenden Kleidungsstücke tragen.
11. Körperteile und Gegenstände von beweglichen Teilen fernhalten.
12. Das Gerät NICHT benutzen, wenn das Gewicht des Benutzers 180 kg (400 lbs.) überschreitet. Dies ist das maximal zulässige Benutzergewicht.
13. Jegliche Fehlfunktionen, Schäden oder Reparaturen einer zuständigen Person melden.
14. Beschädigte, abgenutzte oder unleserliche Sicherheitsaufkleber ersetzen.

750A-330-1

Warnungs-Aufkleber,
Best.-Nr. 750A-330-1



Warnungs-Aufkleber,
Best.-Nr. DE-17219-1
(auf beiden Seiten)

⚠ ACHTUNG

Vorsicht bewegliche Teile!
Halten Sie die Hände fern,
wenn in Betrieb.

DE-17219-1 B

Warnungs-Aufkleber,
Best.-Nr. DE-17155-1

WARNING
All maintenance activities shall be performed by qualified personnel. Failure to do so could result in serious injury.

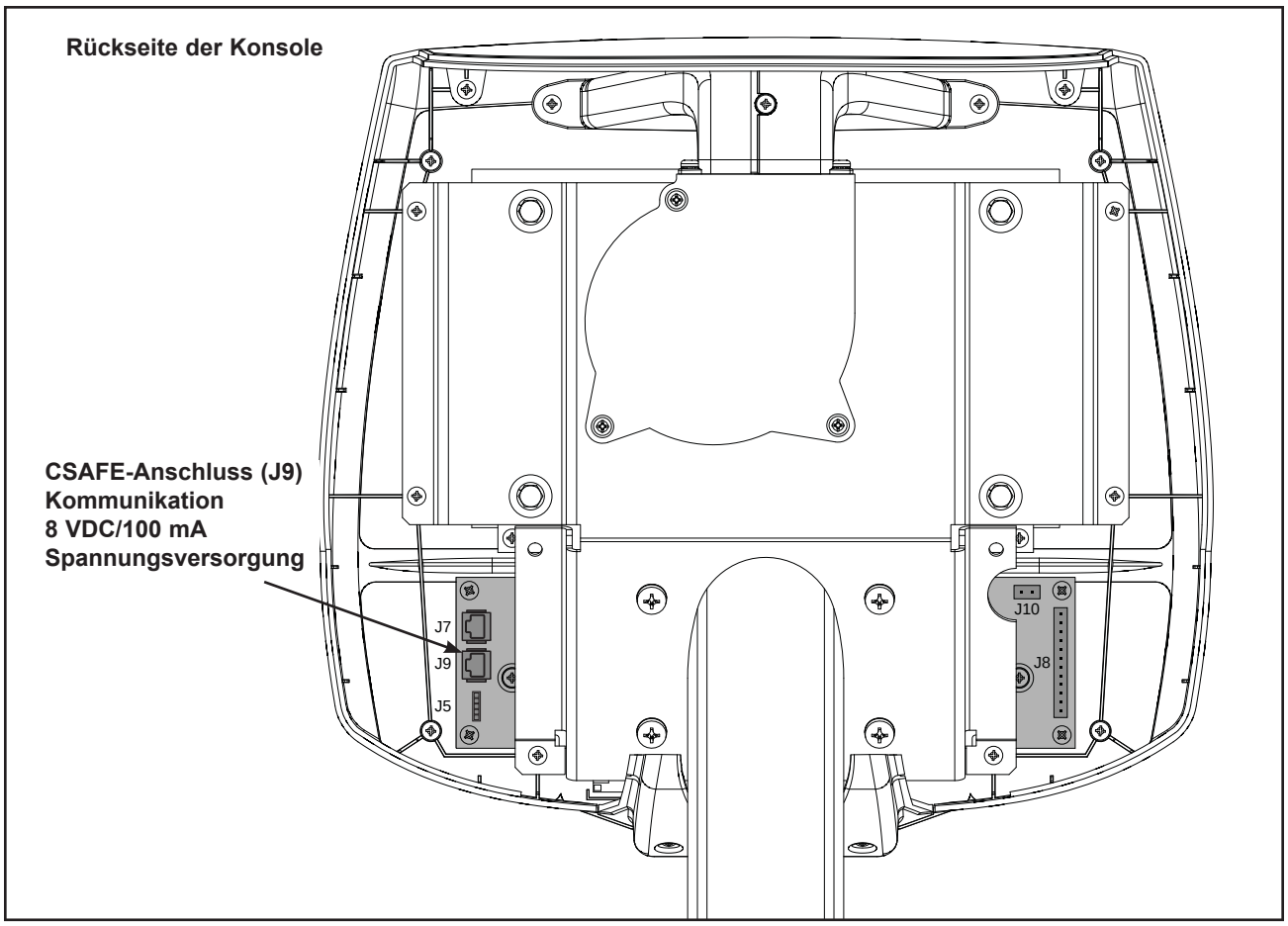
HINWEIS: *Der Aufkleber ist an der Innenseite der Abdeckung zu finden.*

Warnungs-Aufkleber, Best.-Nr. 750A-329-4

CSAFE-Anschluss

Der CSAFE-Standard definiert ein Kommunikationsprotokoll und eine Niederspannungsquelle (DC), welche für die Fitnessgeräte-Branche spezifisch sind. Diese Telefonbuchsen vom Typ RJ-45 dürfen NUR mit dem CSAFE-Protokoll verwendet werden. Weitere Informationen über den CSAFE-Standard finden Sie unter www.fitlinxx.com/csafe.

HINWEIS: *Der CSAFE-Anschluss in der Konsole, der durch die hintere Abdeckung zugänglich ist, ist der einzige Anschluss, der SOWOHL die CSAFE-Kommunikationsleitungen ALS AUCH die 8,0 VDC CSAFE-Spannungsversorgung bereitstellt. Dieser Anschluss muss verwendet werden, wenn ein CSAFE-konformes Gerät angeschlossen werden soll, das eine Spannungsversorgung erfordert. Es liegt nur Spannung an, wenn das Gerät benutzt wird oder wenn ein Netzgerät angeschlossen ist.*



Leerseite.

2 – Zusammenbau und Einstellung

Warn- und Vorsichtshinweise

Vor dem Zusammenbau des Geräts alle in ***Kapitel 1 – Sicherheit*** aufgeführten Warn- und Vorsichtshinweise gründlich lesen.

Beim Zusammenbau des Geräts äußerst vorsichtig vorgehen. Missachten dieser Anweisung kann schwere oder tödliche Verletzungen verursachen.

WARNUNG: Beim Anheben schwerer Gegenstände stets entsprechende Hubmethoden verwenden.

Sicherstellen, dass alle Elektrikanforderungen entsprechend den Elektrikdaten in ***Kapitel 1 – Sicherheit*** und in diesem Kapitel erfüllt werden.

Auswahl und Vorbereitung des Aufstellungsorts

Vor dem Zusammenbau des Geräts sicherstellen, dass der gewählte Aufstellungsort die folgenden Kriterien erfüllt:

Der Bereich ist gut beleuchtet und gut belüftet.

Die Standfläche ist stabil und waagerecht. ***HINWEIS:*** *Zum Schutz von Teppichböden einen 1,9 cm (3/4 Zoll) dicken Holzboden unter dem Gerät installieren.*

Der Bereich bietet ausreichenden Platz für sicheren Zugang und Personenverkehr um das Gerät bzw. für das sichere Absteigen im Notfall. Der Mindestabstand beträgt 0,5 Meter (19,7 Zoll) hinter dem Gerät sowie an mindestens einer Seite.

HINWEIS: *Die angegebenen Abstände für sicheren Zugang und Personenverkehr sind die vom Hersteller empfohlenen Mindestabstände. Der tatsächlich für Zugang und Personenverkehr erforderliche Bereich liegt in der Verantwortung des Eigentümer des Fitnessclubs und muss die örtlich geltenden Richtlinien bzw. Vorschriften berücksichtigen.*

Der Bereich befindet sich nicht in Umgebungen mit hoher Luftfeuchtigkeit, wie z. B. in der Nähe von Dampfbädern, Saunen, Schwimmbecken oder im Freien. Das Gerät funktioniert in Umgebungen mit 30 % bis 75 % relativer Luftfeuchtigkeit normal.

HINWEIS: *Hohe Wasserdampf-, Chlor- und/oder Brom-Konzentrationen können die Funktion der Elektronik sowie anderer Teile des Geräts beeinträchtigen.*

Die Temperatur am Aufstellungsort liegt zwischen 10 °C und 40 °C (50 °F und 104 °F).

Elektrikanforderungen

HINWEIS: *Der Wechselstrom-Netzteilsatz ist optional erhältlich.*

Sicherstellen, dass die Konfiguration von Steckdose und Netzstecker des Geräts übereinstimmt.

Das Gerät muss an einen geerdeten Stromkreis angeschlossen werden. ***HINWEIS:*** *Keinen Erdungsadapter verwenden, um den Schukostecker an eine nicht geerdete Steckdose anzuschließen.*

HINWEIS: *Nur das von Cybex gelieferte optionale Wechselstrom-Netzgerät verwenden. Bei Fragen einen Elektriker zu Rate ziehen.*

Sicherstellen, dass die Stromversorgung allen geltenden örtlichen Richtlinien entspricht.

Zusammenbau des Geräts

Erforderliches Werkzeug

- Kreuzschlitzschraubendreher
- Drehmomentschlüssel
- 3/16-Zoll-Inbusschlüssel (im Lieferumfang enthalten)
- 7/32-Zoll-Inbusschlüssel (im Lieferumfang enthalten) (2)
- 9/16-Zoll-Gabelschlüssel

HINWEIS: *Die Wörter „links“ und „rechts“ werden entsprechend der Blickrichtung des Benutzers verwendet.*

1. Vor dem Zusammenbau des Geräts alle Anweisungen gründlich lesen.

2. Sicherstellen, dass die korrekte Sendung geliefert wurde.

A. Das Kartonetikett prüfen und sicherstellen, dass Modellnummer und Netzspannung (optional) der Bestellung entsprechen.

B. Die Kartonverpackung hochheben und entfernen.

C. Die Lackierung prüfen und sicherstellen, dass die bestellte Farbe geliefert wurde.

D. Falls das optionale Wechselstrom-Netzgerät bestellt wurde, die korrekte Spannung bestätigen.

3. Inhalt der Sendung des Modells 750A auspacken und überprüfen.

HINWEIS: *Zur Prüfung des Inhalts des Modells 750AT mit Schritt 5 fortfahren.*

A. Der Lieferumfang des Modells 750A ist in der nachfolgenden Teileliste für dieses Gerät und in Abbildung 1a aufgeführt.

B. Jedes gelieferte Teil in der Liste abhaken. Siehe ***Kapitel 5 – Kundendiens***t bzgl. Kontaktinformationen, falls Teile fehlen sollten.

Teileliste des Modells 750A

	Teil	Menge	Teilenummer	Beschreibung
☐	1	1	Verschiedene	Unterteil mit befestigten Abdeckungen
☐	2a	1	Verschiedene	Konsole, kpl. (im Karton)
☐	2b	1	750A-124	Handlauf, kpl.
☐	3	2	12090-322	Fußauflage
☐	4	1	740A-370	Zubehörablage
☐	5	1	740A-371	Ablageneinsatz
☐	6	1	–	Befestigungselemente
☐	7	1	5750-1	Bedienungsanleitung
☐	8	1	750A-402	Montageposter
☐	9	1	750A-391	Garantieerklärung, gewerblich genutzter Arc Trainer
☐	10	1	750A-392	Garantieerklärung, privat genutzter Arc Trainer

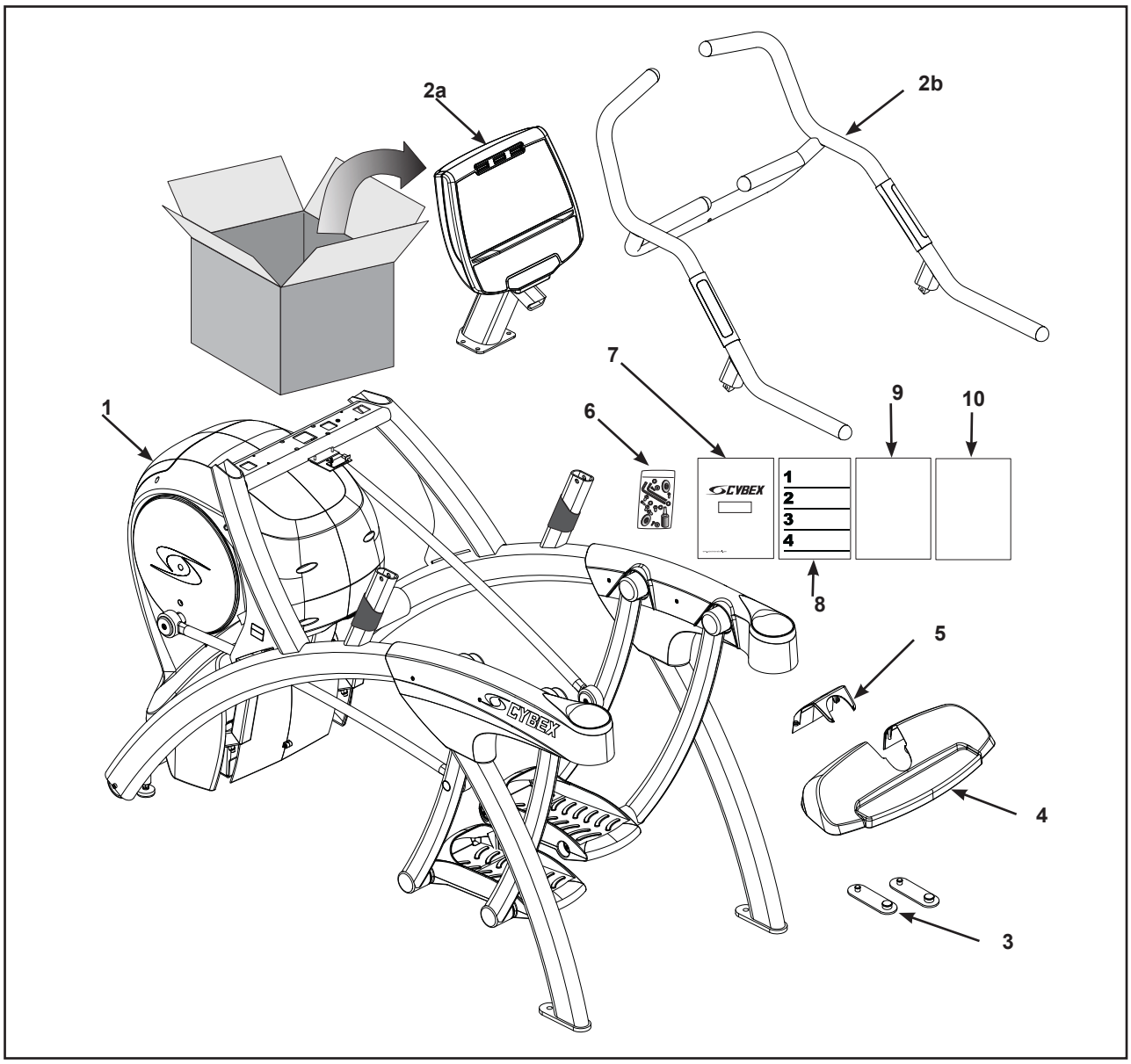


Abbildung 1a (750A)

4. Inhalt der Befestigungselemente des Modells 750A überprüfen.

A. Die Befestigungselemente für das Modell 750A sind in der nachfolgenden Teileliste für dieses Gerät und in Abbildung 1b aufgeführt.

B. Jedes gelieferte Teil in der Liste abhaken. Siehe ***Kapitel 5 – Kundendienst*** bzgl. Kontaktinformationen, falls Teile fehlen sollten.

Befestigungselemente des Modells 750A

	Teil	Menge	Teilenummer	Beschreibung
☐	11	4	HT592526	Kegelschraube, 10-12 x 2,00 Typ A, Flachkopf-Kreuzschlitz
☐	12	4	HN704901	Kontermutter, 0,375-16 Nylon
☐	13	5	HC700428	Halbrundkopf-Inbusschraube, 0,375-16 x 2,25
☐	14a	2	HT552512	Flachkopf-Kreuzschlitzschraube, selbst schneidend, 8-16 x 0,50 Typ WB
☐	14b	1	750A-403	Sattelscheibe, 0,390 ID x 0,750 AD x 6
☐	14c	1	HX700428	Halbrundkopf-Inbusschraube, 0,375-16 x 2,25 Edelstahl
☐	14d	4	HX700412	Halbrundkopf-Inbusschraube, 0,375-16 x 0,50 Edelstahl
☐	15	1	BK030204	7/32-Zoll-Inbusschlüssel
☐	16	1	YA000201	Loctite

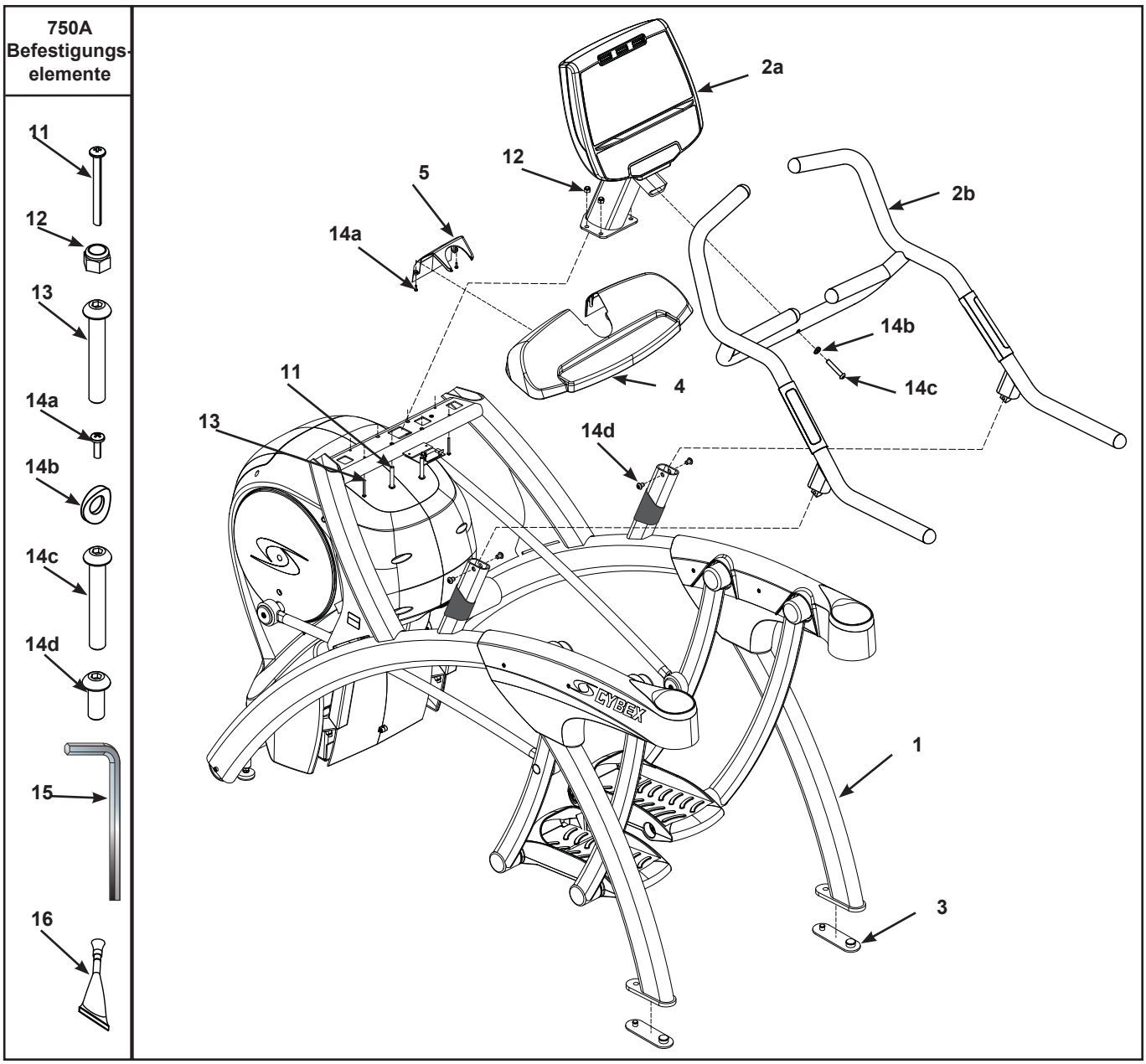


Abbildung 1b (750A)

HINWEIS: *Zum Zusammenbau des Modells 750A mit Schritt 7 fortfahren.*

5. Inhalt der Sendung des Modells 750AT auspacken und überprüfen.

A. Der Lieferumfang des Modells 750AT ist in der nachfolgenden Teileliste für dieses Gerät und in Abbildung 2a aufgeführt.

B. Jedes gelieferte Teil in der Liste abhaken. Siehe ***Kapitel 5 – Kundendienst*** bzgl. Kontaktinformationen, falls Teile fehlen sollten.

Teileliste des Modells 750AT

	Teil	Menge	Teilenummer	Beschreibung
☐	1	1	Verschiedene	Unterteil mit befestigten Abdeckungen
☐	2a	1	Verschiedene	Konsole, kpl. (im Karton)
☐	3	2	12090-322	Fußauflage
☐	4	1	740A-370	Zubehörablage
☐	5	1	740A-371	Ablageneinsatz
☐	6	1	–	Befestigungselemente
☐	7	1	5750-1	Bedienungsanleitung
☐	8	1	750A-393	Montageposter
☐	9	1	750A-391	Garantieerklärung, gewerblich genutzter Arc Trainer
☐	10	1	750A-392	Garantieerklärung, privat genutzter Arc Trainer

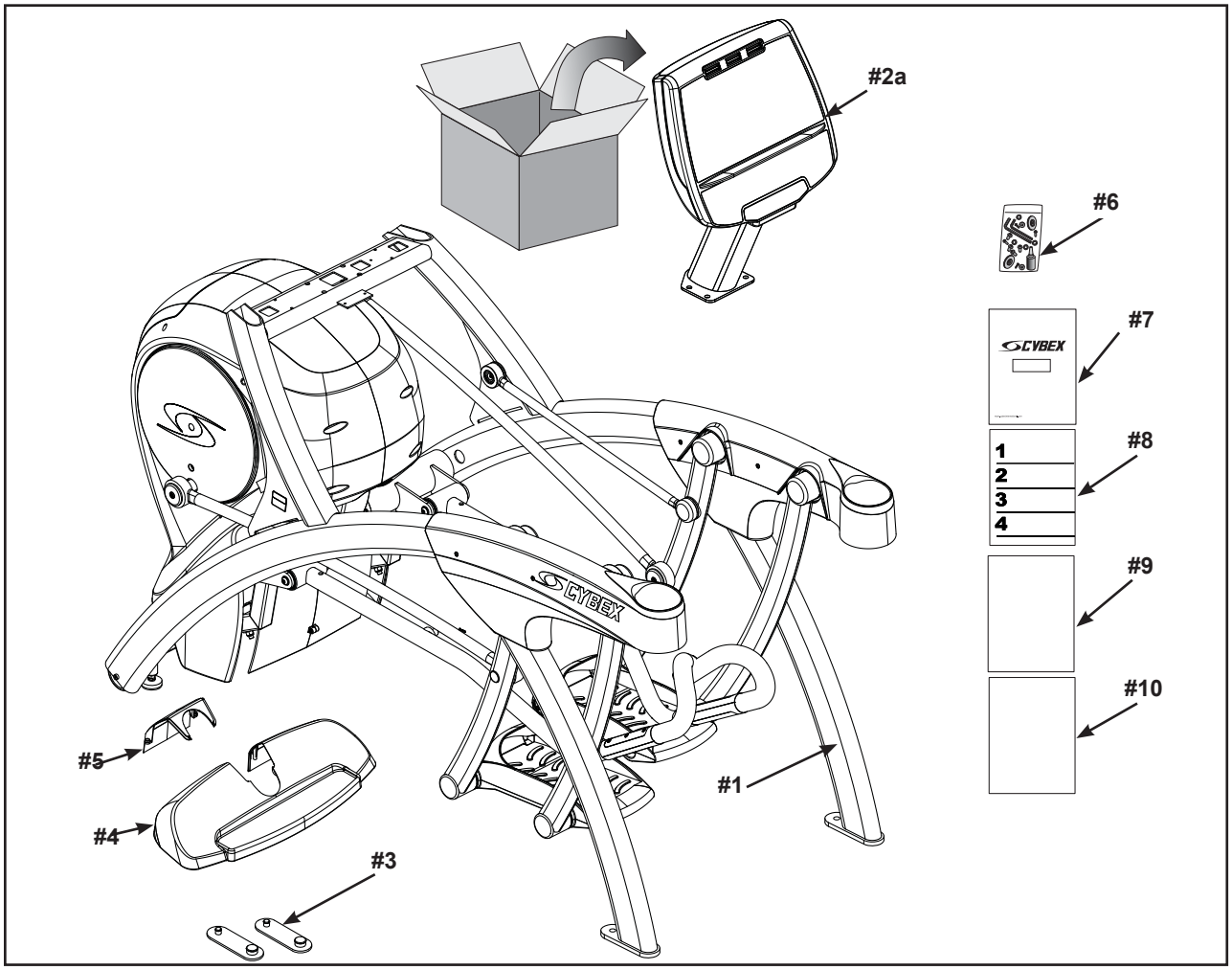


Abbildung 2a (750AT)

6. Inhalt der Befestigungselemente des Modells 750AT überprüfen.

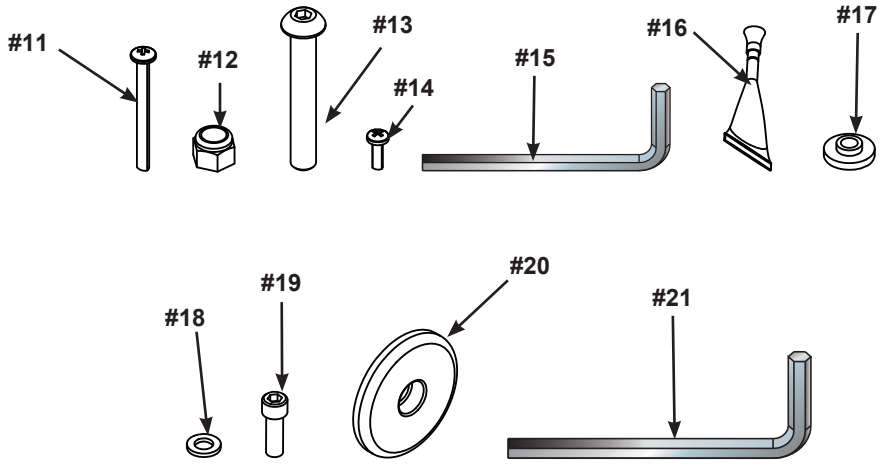
A. Die Befestigungselemente für das Modell 750AT sind in der nachfolgenden Teileliste für dieses Gerät und in Abbildung 2b aufgeführt.

B. Jedes gelieferte Teil in der Liste abhaken. Siehe ***Kapitel 5 – Kundendienst*** bzgl. Kontaktinformationen, falls Teile fehlen sollten.

Befestigungselemente des Modells 750 AT

	Teil	Menge	Teilenummer	Beschreibung
☐	11	4	HT592526	Kegelschraube, 10-12 x 2,00 Typ A, Flachkopf-Kreuzschlitz
☐	12	4	HN704901	Kontermutter, 0,375-16 Nylon
☐	13	4	HC700428	Halbrundkopf-Inbusschraube, 0,375-16 x 2,25
☐	14	2	HT552512	Flachkopf-Kreuzschlitzschraube, selbst schneidend, 8-16 x 0,50 Typ WB
☐	15	2	BK030204	7/32-Zoll-Inbusschlüssel
☐	16	1	YA000201	Loctite
☐	17	2	600A-311	Flanschabstandsstück
☐	18	2	HS307601	Unterlegscheibe 0,281 ID x 0,500 AD x 0,062 T
☐	19	2	HX622815	Innensechskantschraube 0,250-20 UNC-3A Edelstahl
☐	20	2	PL-16535	Gestängekappe 2,00 AD
☐	21	1	BK030201	3/16-Zoll-Inbusschlüssel

750 AT Befestigungselemente



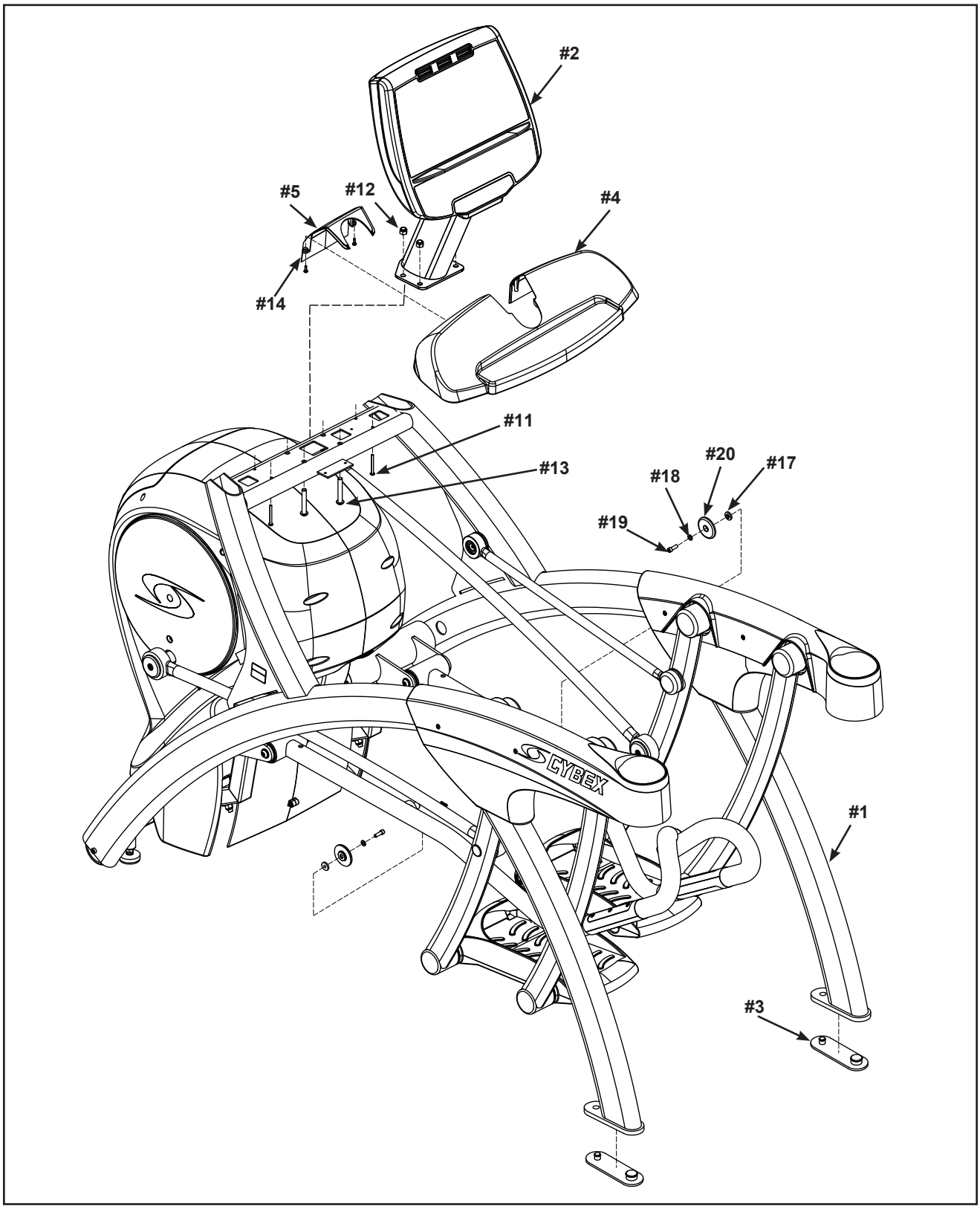


Abbildung 2b (750AT)

7. Gerät aus dem Karton heben und transportieren.

A. Die großen Bolzen und die Versandhalterungen vorsichtig entfernen. ***HINWEIS:*** *Das Verpackungsmaterial noch auf den Gestängearmen angebracht lassen. Dadurch wird eine Beschädigung der Lackierung bei der Montage vermieden.*

B. Das Gerät mit einer Person auf jeder Seite an den hinteren Stützstreben anheben.

HINWEIS: *Das Gerät nicht an den Kunststoff-Schwenkhalterungen anheben, da es dadurch beschädigt werden kann. Siehe Abbildung 3.*

C. Die unteren hinteren Stützstreben unter Anwendung geeigneter Hebemethoden so anheben, dass die vorderen Transporträder auf dem Boden gerollt werden können.

D. Das Gerät an den gewünschten Aufstellungsort bringen.

E. Die hinteren Stützstreben vorsichtig absenken.

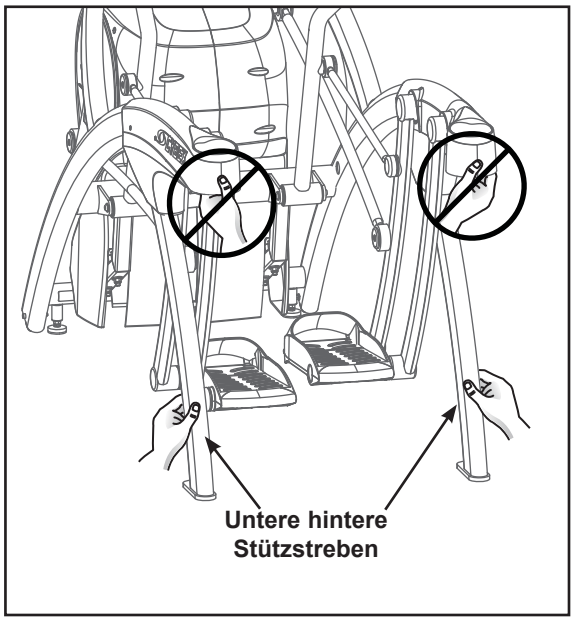


Abbildung 3

8. Konsole des Modells 750A an Handläufen anbringen.

HINWEIS: *Zum Anbringen der Konsole des Modells 750AT mit Schritt 11 fortfahren.*

HINWEIS: *Bei Installation der A/V-Option die Montageanweisungen zu Rate ziehen, die im Lieferumfang eines Geräts mit A/V-Option enthalten sind.*

A. Konsole (2a), Handläufe (2b), Sattelscheibe (14a) und eine 0,375-16 x 2,25 Edelstahl Halbrundkopf-Inbusschraube (14b) bereitlegen. Siehe Abbildung 4.

B. Das Herzfrequenzkabel in den Handläufen identifizieren.

C. Das obere Herzfrequenzkabel durch die Konsolenhalterung ziehen. Siehe Abbildung 4.

D. Die Konsole (2a) an den Handläufen (2b) anbringen. Eine 0,390 ID x 0,750 AD x 6 Sattelscheibe (14a) und eine 0,375-16 x 2,25 Edelstahl Halbrundkopf-Inbusschraube (14b) einsetzen und die Schraube mit einem 7/32-Zoll-Inbusschlüssel festziehen. Siehe Abbildung 4.

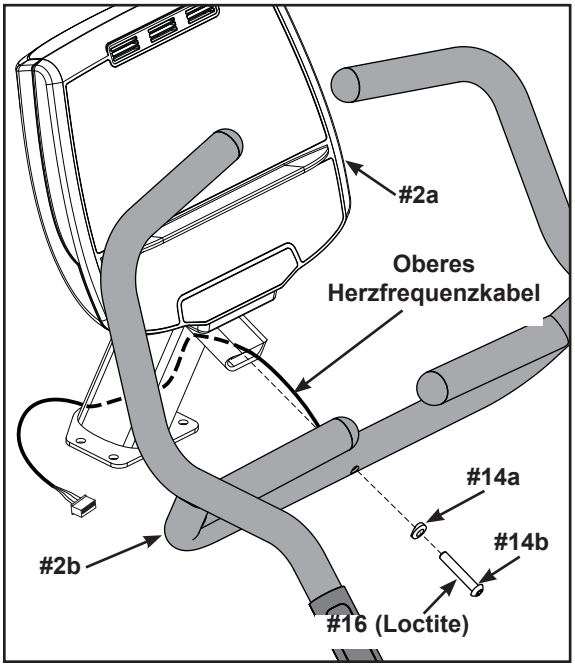


Abbildung 4 (750A)

9. Kabel des Modells 750A anschließen.

A. Das obere Display-Kabel an das untere Display-Kabel anschließen. Siehe Abbildung 5.

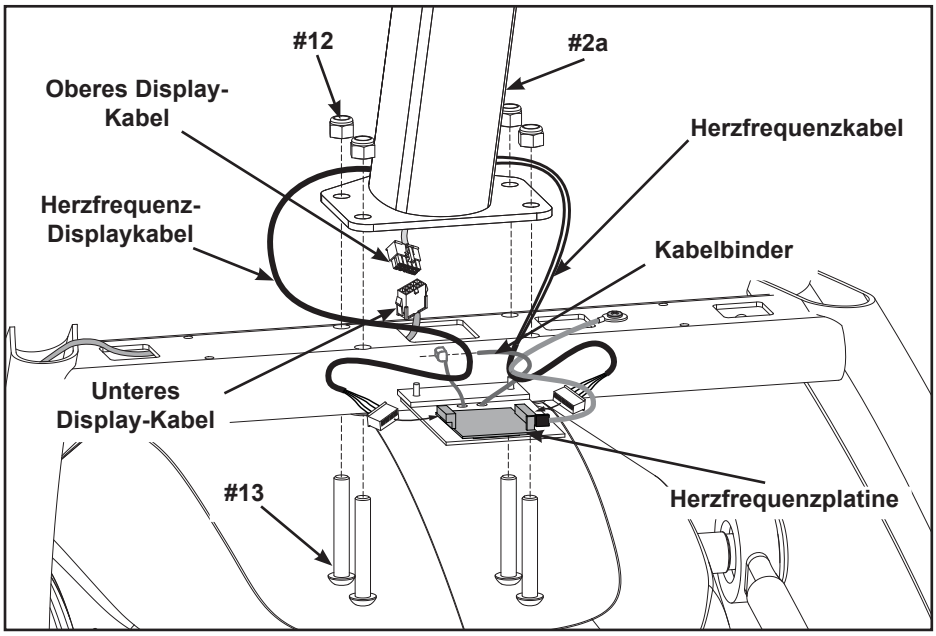


Abbildung 5 (750A)

B. Das Herzfrequenzkabel an die Herzfrequenzplatine anschließen. Siehe Abbildung 5.

C. Das (in Schritt 8C in die Konsolenhalterung gezogene) Herzfrequenz-Displaykabel an die Herzfrequenzplatine anschließen. ***HINWEIS:*** *Sicherstellen, dass die Steckverbinder der Kabel fest angeschlossen sind.* Den Kabelbinder festziehen. Siehe Abbildung 5.

10. Konsole und Handläufe des Modells 750A befestigen.

A. Vier Nylon-Kontermuttern (12) und vier 0,375-16 x 2,25 Halbrundkopf-Inbusschrauben (13) bereitlegen. Siehe Abbildung 5.

B. Konsole (2a) und Handläufe (2b) zusammen mit einer zweiten Person in der richtigen Position am Hauptrahmen anbringen.

HINWEIS: *Sicherstellen, dass beim Absenken der Konsole keine Kabel eingeklemmt wurden.*

C. Die vier 0,375-16 x 2,25 Halbrundkopf-Inbusschrauben (13) (von unten) einsetzen. Die vier 0,375-16 Nylon-Kontermuttern (12) von Hand aufschrauben. Siehe Abbildung 5. Die Befestigungselemente noch nicht fest anziehen.

D. Loctite (16) auf die vier 0,375-16 x 0,50 Edelstahl Halbrundkopf-Inbusschrauben (14d) auftragen und die Schrauben wie in Abbildung 6 dargestellt anbringen. Die Schrauben noch nicht fest anziehen.

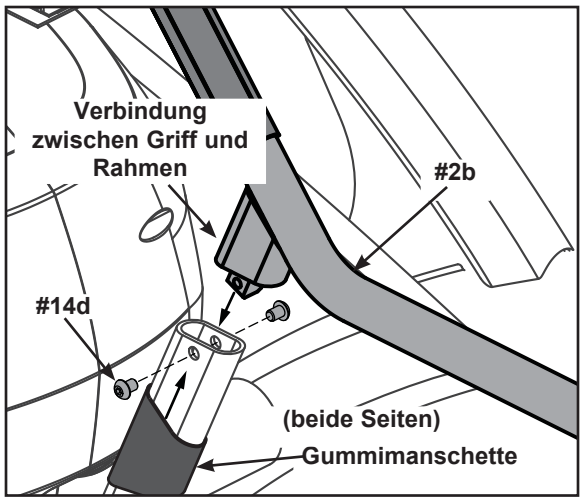


Abbildung 6 (750A)

E. Die vier 0,375-16 x 2,25 Halbrundkopf-Inbusschrauben (13) mit einem 7/32-Zoll-Inbusschlüssel (15) festhalten und die Konsole mit einem 9/16-Zoll-Gabelschlüssel festziehen.

F. Die vier Halbrundkopf-Inbusschrauben (14d) mit einem 7/32-Zoll-Inbusschlüssel festziehen, um die Handläufe zu befestigen. Siehe Abbildung 6.

G. Die Gummimanschetten nach oben ziehen, um die Verbindungen zwischen Griff und Rahmen abzudecken.

HINWEIS: *Zum Zusammenbau des Modells 750A mit Schritt 12 fortfahren.*

11. Konsole des Modells 750AT befestigen.

A. Die Konsole (2a), vier 0,375-16 Nylon-Kontermuttern (12) und vier 0,375-16 x 2,25 Halbrundkopf-

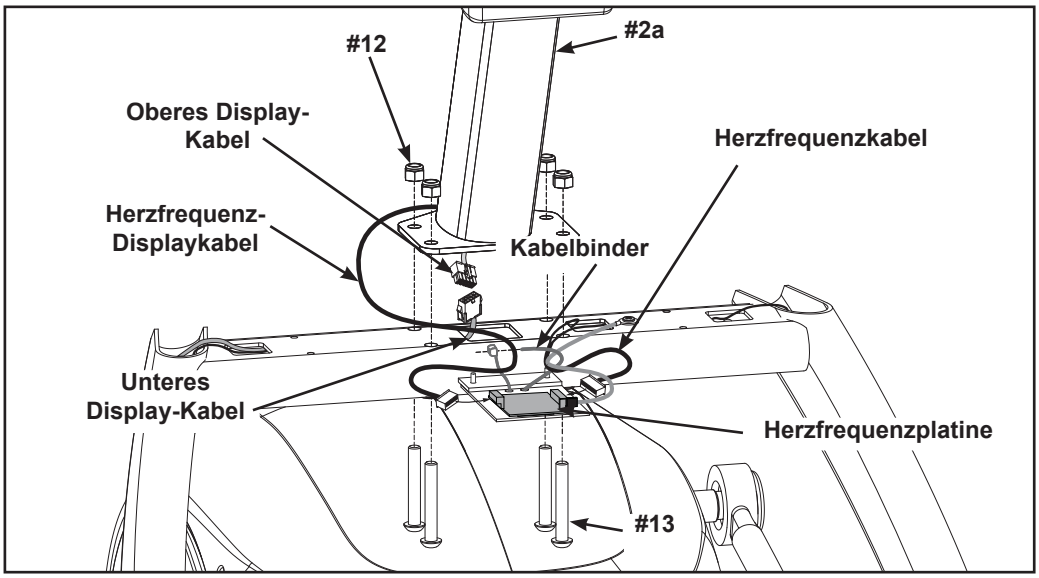


Abbildung 7 (750AT)

Inbusschrauben (13) bereitlegen.

B. Das obere Display-Kabel an das untere Display-Kabel anschließen. Siehe Abbildung 7.

C. Das Herzfrequenz-Displaykabel an die Herzfrequenzplatine anschließen. Siehe Abbildung 7.

D. Das Herzfrequenzkabel an die Herzfrequenzplatine anschließen. Den Kabelbinder festziehen.

E. Die vier 0,375-16 x 2,25 Halbrundkopf-Inbusschrauben (13) (von unten) einsetzen. Die vier 0,375-16 Nylon-Kontermuttern (12) von Hand aufschrauben. Siehe Abbildung 7.

HINWEIS: *Sicherstellen, dass beim Absenken der Konsole keine Kabel eingeklemmt wurden.*

F. Die vier 0,375-16 x 2,25 Halbrundkopf-Inbusschrauben (13) mit einem 7/32-Zoll-Inbusschlüssel (15) festhalten und die Konsole mit einem 9/16-Zoll-Gabelschlüssel festziehen. Siehe Abbildung 7.

12. Zubehörablage befestigen.

A. Die Zubehörablage (4) und vier 10-12 x 2,00 Kegelschrauben Typ A mit Flachkopf-Kreuzschlitz (11) bereitlegen.

B. Die Zubehörablage (4) richtig am Hauptrahmen positionieren und die vier 10-12 x 2,00 Kegelschrauben Typ A mit Flachkopf-Kreuzschlitz (11) von Hand einschrauben. Siehe Abbildung 8.

C. Die vier 10-12 x 2,00 Kegelschrauben Typ A mit Flachkopf-Kreuzschlitz (11) mit einem Kreuzschlitzschraubendreher fest anziehen.

13. Ablageneinsatz befestigen.

A. Den Ablageneinsatz (5) und zwei 8-16 x 0,50 Flachkopf-Kreuzschlitzschrauben, selbst schneidend, Typ WB (14) bereitlegen.

B. Den Ablageneinsatz richtig am Hauptrahmen positionieren und die zwei 8-16 x 0,50 Flachkopf-Kreuzschlitzschrauben, selbst schneidend, Typ WB (14) von Hand einschrauben. Siehe Abbildung 8.

C. Die zwei 8-16 x 0,50 Flachkopf-Kreuzschlitzschrauben, selbst schneidend, Typ WB (14) mit einem Kreuzschlitzschraubendreher fest anziehen.

HINWEIS: *Zum Zusammenbau des Modells 750A mit Schritt 18 fortfahren.*

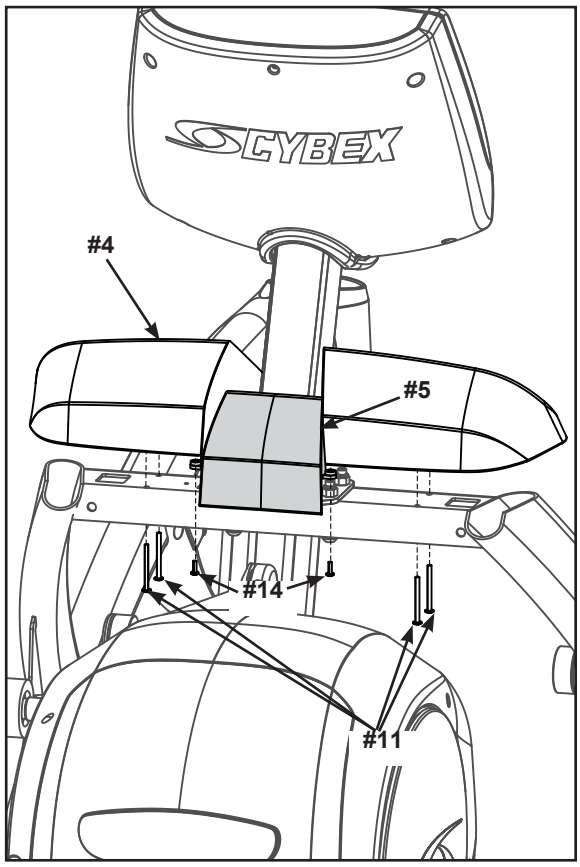


Abbildung 8

14. Linken und rechten Handlauf entfernen.

HINWEIS: *Linker und rechter Handlauf werden in umgekehrter Position geliefert. Für den richtigen Aufbau müssen die Handläufe entfernt und umgetauscht werden. Siehe Abbildung 9.*

A. Die Schrauben und Unterlegscheiben, mit denen die beiden Handläufe am Hauptrahmen fixiert werden, identifizieren. Siehe Abbildung 10.

B. Die Schrauben und Unterlegscheiben mit einem 7/32-Zoll-Inbusschlüssel (15) vom rechten Handlauf entfernen. Siehe Abbildung 10. ***HINWEIS:*** *Der rechte Handlauf ist auf der linken Seite montiert. Siehe Abbildung 9.*

C. Die Drehachse herausschieben, den rechten Handlauf entfernen und den Handlauf beiseite legen.

D. Die Schrauben und Unterlegscheiben mit einem 7/32-Zoll-Inbusschlüssel (15) vom linken Handlauf entfernen. Siehe Abbildung 10. ***HINWEIS:*** *Der linke Handlauf ist auf der rechten Seite montiert. Siehe Abbildung 9.*

E. Die Drehachse herausschieben, den linken Handlauf entfernen und den Handlauf beiseite legen.

15. Linken Handlauf installieren.

A. Den linken Handlauf auf der linken Seite am Hauptrahmen, von der der rechte Handlauf in Schritt 14C entfernt wurde, richtig positionieren. Siehe Abbildung 10.

B. Loctite (16) auf die Gewindegänge im Arm und der in Schritt 14B entfernten Schrauben auftragen. Siehe Abbildung 11.

C. Den linken Handlauf positionieren und die Gelenkachse wieder einsetzen. Siehe Abbildung 10.

D. Den Handlauf mit den in Schritt 14B entfernten Schrauben und Unterlegscheiben befestigen. Siehe Abbildung 10.

E. Die linke Verbindungsstange, den linken Handlauf, die Gestängekappe mit 2,00 AD (20), das Flanschabstandsstück (17), die 0,250-20 UNC-3A Edelstahl Innensechskantschraube (19) und die 0,281 ID x 0,500 AD x 0,062 T Unterlegscheibe (18) bereitlegen. Siehe Abbildung 11.

F. Einen Tropfen Loctite (16) auf jede 0,250-20 UNC-3A Edelstahl Innensechskantschraube (19) auftragen und einen weiteren Tropfen in die Welle gegen, mit der die Innensechskantschraube (19) festgezogen wird.

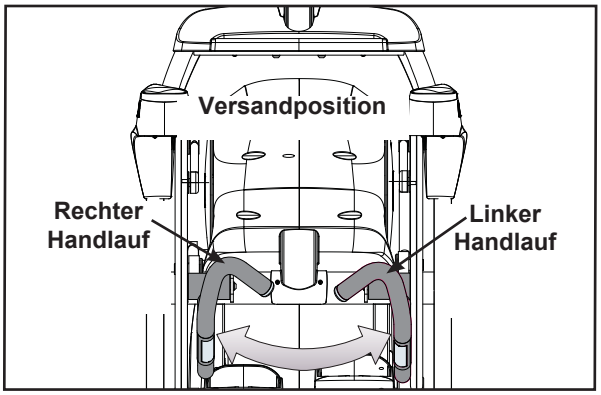


Abbildung 9 (750AT)

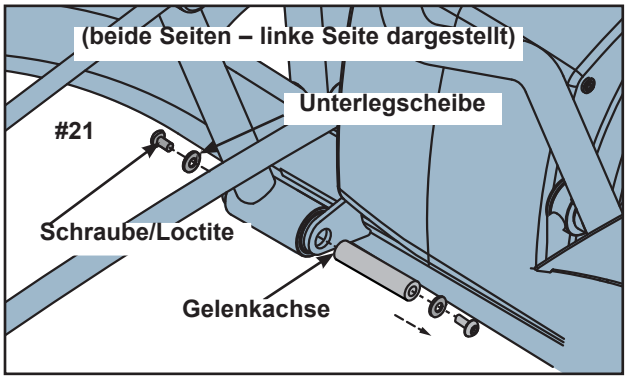


Abbildung 10 (750AT)

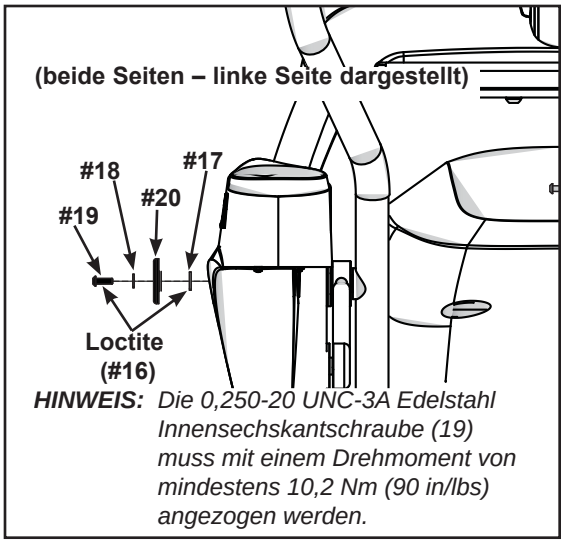


Abbildung 11 (750AT)

G. Die Verbindungsstange mit Gestängekappe mit 2,00 AD (20), Flanschabstandsstück (17), 0,250-20 UNC-3A Edelstahl Innensechskantschraube (19) und 0,281 ID x 0,500 AD x 0,062 T Unterlegscheibe (18) wie in Abbildung 11 dargestellt mit einem 3/16-Zoll-Inbusschlüssel (7) am Handlauf anbringen. ***HINWEIS:*** *Die 0,250-20 UNC-3A Edelstahl Innensechskantschraube (19) muss mit einem Drehmoment von mindestens 10,2 Nm (90 in/lbs) angezogen werden.*

16. Rechten Handlauf installieren.

A. Den rechten Handlauf auf der rechten Seite am Hauptrahmen, von der der linke Handlauf in Schritt 14E entfernt wurde, richtig positionieren. Siehe Abbildungen 10 und 11.

B. Loctite (16) auf die Gewindegänge im Arm und der in Schritt 14B entfernten Schrauben auftragen. Siehe Abbildung 11.

C. Den rechten Handlauf positionieren und die Gelenkachse wieder einsetzen. Siehe Abbildung 10.

D. Den Handlauf mit den in Schritt 14B entfernten Schrauben und Unterlegscheiben befestigen. Siehe Abbildung 10.

E. Die rechte Verbindungsstange, den rechten Handlauf, die Gestängekappe mit 2,00 AD (20), das Flanschabstandsstück (17), die 0,250-20 UNC-3A Edelstahl Innensechskantschraube (19) und die 0,281 ID x 0,500 AD x 0,062 T Unterlegscheibe (18) bereitlegen. Siehe Abbildung 11.

F. Einen Tropfen Loctite (16) auf jede 0,250-20 UNC-3A Edelstahl Innensechskantschraube (19) auftragen und einen weiteren Tropfen in die Welle gegen, mit der die Innensechskantschraube (19) festgezogen wird.

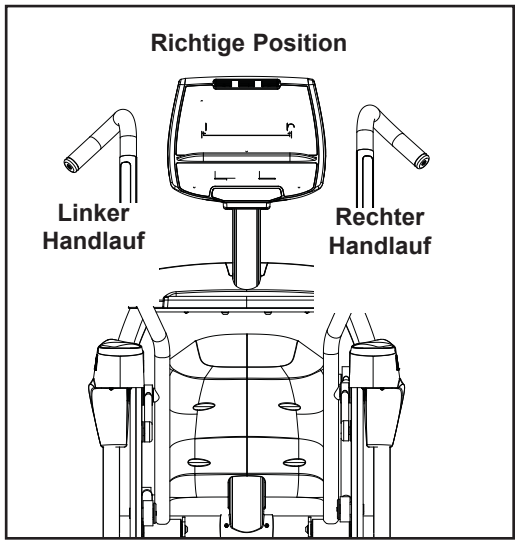


Abbildung 12 (750AT)

G. Die Verbindungsstange mit Gestängekappe mit 2,00 AD (20), Flanschabstandsstück (17), 0,250-20 UNC-3A Edelstahl Innensechskantschraube (19) und 0,281 ID x 0,500 AD x 0,062 T Unterlegscheibe (18) wie in Abbildung 11 dargestellt am Handlauf befestigen. ***HINWEIS:*** *Die 0,250-20 UNC-3A Edelstahl Innensechskantschraube (19) muss mit einem Drehmoment von mindestens 10,2 Nm (90 in/lbs) angezogen werden.*

H. Sicherstellen, dass die Handläufe nun in der in Abbildung 12 gezeigten Position montiert sind.

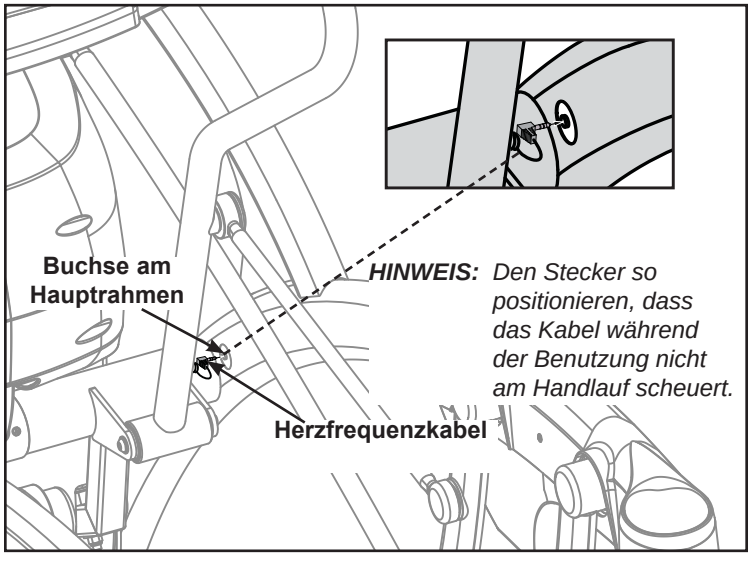

Buchse am Hauptrahmen
HINWEIS: Den Stecker so positionieren, dass das Kabel während der Benutzung nicht am Handlauf scheuert.
Herzfrequenzkabel

Abbildung 13 (750AT)

17. Herzfrequenzkabel des Modells 750AT anschließen.

A. Das aus dem rechten Handlauf austretende Herzfrequenzkabel identifizieren. Siehe Abbildung 13.

B. Das rechte Herzfrequenzkabel in die Buchse am Hauptrahmen stecken. Siehe Abbildung 13.

18. Fußkappen anbringen.

A. Das Gerät von einer Person anheben lassen und von einer zweiten Person eine Fußkappe (3) unter jeden der beiden hinteren Füße stecken lassen. Siehe Abbildung 14.

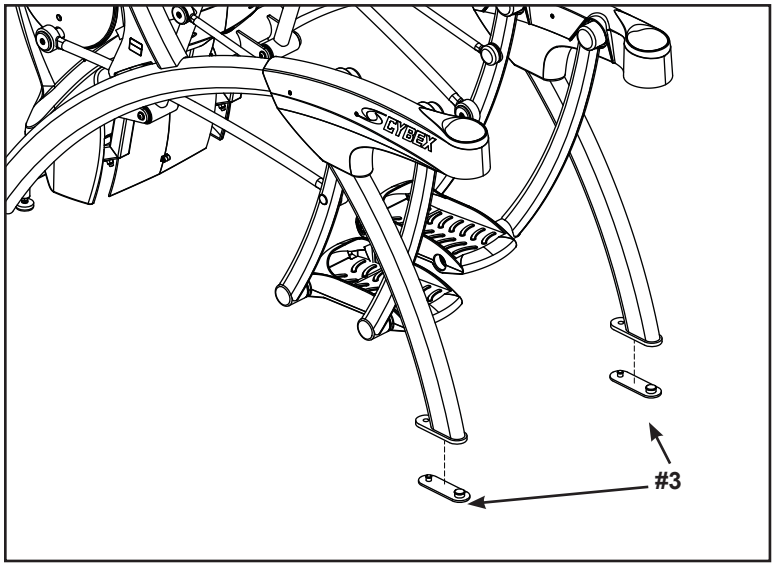


Abbildung 14

19. Gerät waagerecht ausrichten.

A. Sicherstellen, dass das Gerät auf einer waagrechten Oberfläche steht. Andernfalls die Justierfüße mit einem 9/16-Zoll-Gabelschlüssel nach oben oder unten drehen. Siehe Abbildung 15.

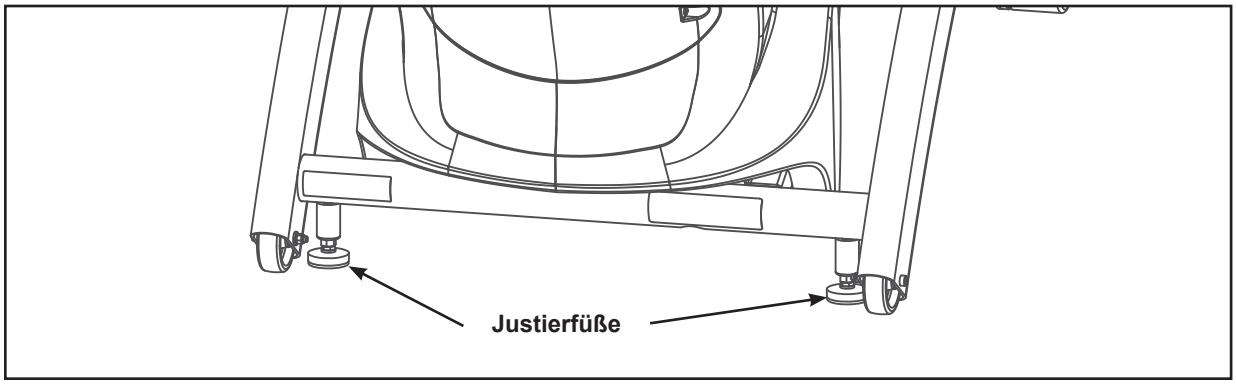


Abbildung 15

20. Gerät visuell prüfen.

A. Das Verpackungsmaterial sorgfältig von den Armen und der restlichen Einheit entfernen.

B. Das Gerät visuell prüfen, um sich des ordnungsgemäßen und vollständigen Zusammenbaus zu vergewissern.

Funktionsprüfung

Die folgenden Anweisungen verwenden, um den vollen Widerstand und den Steigungsbereich des Geräts zu überprüfen.

1. Das optionale Netzkabel an die Steckdose eines geerdeten Stromkreises anschließen. Siehe *Elektrikanforderungen* in diesem Kapitel. ***HINWEIS:*** *Die überflüssige Länge des Netzkabels aufwickeln und sicher verstauen.*

2. Prüfen, ob das Bedienfeld aufleuchtet und sich im *Standby-Modus* befindet, wenn der optionale Netzadapter verwendet wird.

HINWEIS: *Wenn das optionale Netzgerät nicht verwendet wird, leuchtet das Display erst in Schritt 4 auf.*

3. Beim Platzieren der Füße auf den Fußplatten die Handläufe umfassen, um die Stabilität zu verbessern.

4. Mit dem Treten der Pedale beginnen.

HINWEIS: *Sicherstellen, dass das untere Herzfrequenzkabel während der Benutzung nicht am Handlauf scheuert.*

5. Die Taste **QUICK START** drücken.

6. Das Gerät über den gesamten Widerstandsbereich betreiben. Zunächst die Taste **WIDERSTAND +** drücken, bis das Gerät die höchste Belastungsstufe erreicht (das Display zeigt „100“ an). Dann die Taste **WIDERSTAND -** drücken, bis das Gerät die niedrigste Belastungsstufe erreicht (das Display zeigt „0“ an).

HINWEIS: *Sobald das Gerät die eingestellte Steigung und den eingestellten Widerstand erreicht, hört die Anzeige zu blinken auf und leuchtet kontinuierlich, um anzuzeigen, dass die gewünschten Einstellungen erreicht wurden.*

7. Das Gerät über den gesamten Steigungsbereich betreiben. Zunächst die Taste **STEIGUNG** drücken, bis das Gerät die höchste Steigungseinstellung erreicht (das Display zeigt „20“ an). Dann die Taste **STEIGUNG** drücken, bis das Gerät die niedrigste Steigungseinstellung erreicht (das Display zeigt „0“ an).

WARNUNG: Vor dem Absteigen warten, bis alle beweglichen Teile zum Stillstand gekommen sind.

8. Die Taste **PAUSE/ENDE** zweimal drücken, um die Steigungseinstellung wieder in die Ausgangseinstellung zu bringen, um die Anzeige der Trainingsbilanz zu beenden und das Display wieder in den *Standby-Modus* zu versetzen.

9. Vor dem Absteigen vom Gerät warten, bis die Fußplatten zum Stillstand gekommen sind. Beim Absteigen die Handläufe umfassen, um die Stabilität zu verbessern.

Setup-Bildschirm

Setup ist ein separater Bedienbildschirm, der dem Benutzer die Definition mehrerer Aspekte der Gerätefunktionen ermöglicht.

Die Setup-Funktion kann von den Bildschirmen *Standby-Modus*, *Countdown*, *Sperre* und „Eingabe der CSAFE-ID“ aus aufgerufen werden.

Zum Aufrufen des Setup-Bildschirms die Taste **LÖSCHEN** drücken, die Tastenfolge **7-5-0** eingeben und die Taste **EINGABE** drücken.

Die Taste **EINGABE** drücken, um die Setup-Funktion aufzurufen, Änderungen vorzunehmen und zum Hauptmenü zurückzukehren. Die Taste **PAUSE/ENDE** kann gedrückt werden, um die Funktion zurückzusetzen und den *Standby-Modus* wieder aufzurufen.

Die Tasten **WIDERSTAND** +/- drücken, um das Setup-Menü vorwärts oder rückwärts zu durchlaufen.

Die Taste **LÖSCHEN** drücken, um das System auf den Standardwert oder den zuvor gespeicherten Wert zurückzusetzen.

MENÜ		**SETUP-Optionen**
1 - Sprache		DEUTSCH FRANZÖSISCH SPANISCH ENGLISCH JAPANISCH SCHWEDISCH RUSSISCH
2 - Einheiten		USA (LB/MPH) METRISCH (KG/KMH)
3 - Uhrzeitformat		12 H US-FORMAT 24 H EURO-FORMAT 12 H EURO-FORMAT 24 H US-FORMAT
4 - Aktuelle Zeit		12 HR US-FORMAT ‘HH:MM X MM/TT/JJJJ’ 24 HR EURO-FORMAT ‘HH:MM TT-MM-JJJJ’ 12 HR EURO-FORMAT ‘HH:MM X TT-MM-JJJJ’ 24 HR US-FORMAT ‘HH:MM MM/TT/JJJJ’ (Werte über das Tastenfeld eingeben oder mit der Taste **LAST** +/- umschalten)
5 - Standardzeit	*Erste angezeigte Auswahlmöglichkeit für Programme, die eine Zeiteinstellung erfordern.*	STD-ZEIT 10 STD-ZEIT 60 STD-ZEIT 20 STD-ZEIT 90 STD-ZEIT 30 (Standardeinstellung) ***HINWEIS:*** *Die Auswahlmöglichkeiten sind durch die MAX-Zeit beschränkt*.
6 - Trainingsbilanzdauer	*Zusammenfassung der Trainingssitzungen. Kann als 1, 2 oder 3 Zyklen angezeigt werden.*	KURZ – 1 LANG – 1 KURZ – 2 LANG – 2 KURZ – 3 LANG – 3
7 - Max-Zeit	*Begrenzung der Trainingszeit des Benutzers*	MAX-ZEIT = AUS MAX-ZEIT = 50 MAX-ZEIT = 20 MAX-ZEIT = 60 (Standardeinstellung) MAX-ZEIT = 30 MAX-ZEIT = 90 MAX-ZEIT = 40 MAX-ZEIT = 120 MAX-ZEIT = ABGEGRENZT* (siehe unten)
8 - Pausendauer	*Dauer, die das Training unterbrochen und anschließend wieder aufgenommen werden kann.*	PAUSE = AUS (Werkseinstellung) PAUSE = 01:00 PAUSE = 05:00 PAUSE = 10:00

9 - Audio		TON = EIN (Werkseinstellung) TON = AUS
10 - Standby-Anzeige	*Legt fest, was im Standby-Modus angezeigt wird*	0 – STANDARD (Werkseinstellung) 3 – UHR 1 – TEXT-MLDNG 4 – PROFILE 2 – AUSSER BETRIEB
11 - Standby-Text**	*Der Text wird über die Datenaustausch-verbindung eingegeben.*	STANDBY-MLDNG 1 STANDBY-MLDNG 2 BEIDE STANDBY-MLDNGEN
12 - Aktiver Modus Text Ein/Aus**	*Der Text wird über die Datenaustausch-verbindung eingegeben.*	TRAININGS-MLDNG EIN (oder AUS)
13 - Sicherungs-kombination	*Erfordert die Eingabe der richtigen Kombination. Die Sicherungskombination stets aktiveren und bearbeiten.* *Der werkseitige Mastercode ist **4300. Den Code bei der ersten Einstellung ändern.***	ALTEN CODE EINGEBEN (4-stelligen Code eingeben) CODE _ _ _ _ EIN (oder AUS) **EINGABE** ermöglicht die Anzeige des Codes. **LAST** Bedientaste schaltet die Sperre ein oder aus. Einen neuen Code über das Tastenfeld eingeben. **EINGABE** drücken, um den neuen Code zu akzeptieren.
14 - Benutzerdefinierte Programme SPEICHERN	*Ermöglicht dem Benutzer, eigene Programme zu erstellen und zu speichern, indem die Taste **SPEICHERN** im Trainingsbilanz-Modus aktiviert oder deaktiviert wird.*	PROGRAMM SPEICHERN EIN (oder AUS). (Werkseinstellung ist AUS)

***MAX ZEIT ABGEGRENZT** Bei Auswahl von ABGEGRENZT die tatsächliche Startzeit für jede Zone und die maximale Zeitdauer wählen.

HH:MM X ist die tatsächliche Uhrzeit, zu der die Zone beginnt, und YYY ist die maximale Zeitdauer, die während der Zeitzone trainiert werden kann.

Beispiel:

Format	Werkseinstellung
ZONE1 HH:MM X YYY	ZONE1 05:01A 60
ZONE2 HH:MM X YYY	ZONE2 09:01A AUS
ZONE3 HH:MM X YYY	ZONE3 04:01P 60
ZONE4 HH:MM X YYY	ZONE4 09:00P AUS

**Weitere Informationen über die Bearbeitung von Display- und Aktiver-Modus-Text sind unter www.cybexintl.com/support/resources/750 zu finden.

Leerseite.

3 – Bedienung

Vorgesehene Verwendung

Dieses Trainingsgerät dient zur Unterstützung oder Verbesserung der allgemeinen körperlichen Fitness und Körperertüchtigung.

Verwendete Begriffe

Aktiver Modus – Das Gerät steuert den Widerstand und zeichnet Trainingsdaten auf. Der *Aktive Modus* beginnt, nachdem die Taste **QUICK START** während des anfänglichen Countdown-Bildschirms gedrückt wird, nach Abschluss des Setup eines Programms oder standardmäßig, wenn der anfängliche Countdown abläuft und der *Quick Start Manuell Modus* aufgerufen wird.

Automatischer Durchlauf – Das Display durchläuft die Trainingsdaten automatisch.

Abkühlen – Eine Herabsetzung der Trainingsbelastung für eine kurze Zeitdauer ermöglicht dem Benutzer, die Herzfrequenz allmählich zu reduzieren. Der Abkühlmodus beginnt zwei Minuten vor Ende der programmgesteuerten Trainingssitzungen.

Countdown – Das linke untere Display **STEIGUNG** zeigt einen 5-0 Countdown an. Nach Ablauf des Countdown wechselt das Gerät in den *Aktiven Modus*.

Standby-Modus – Wird aufgerufen, wenn das Gerät an den optionalen Netzadapter angeschlossen ist und nicht benutzt wird.

Manueller Modus – Das Gerät ruft diesen Modus standardmäßig auf, wenn kein Programm verwendet wird. Der *Manuelle Modus* ermöglicht dem Benutzer die Einstellung von Widerstand (0-100) und Steigung (0-20). Die Zeit wird im *Modus Quick Start*, Manuell hochgezählt oder auf Wunsch durch Eingabe einer ZEIT oder Auswahl der Taste **MANUELL** und Durchführung des Setup auf die gewählte Sitzungszeit heruntergezählt.

Pause-Modus – Wird nur aufgerufen, wenn die Pausenfunktion aktiviert ist und der Benutzer die Taste **PAUSE/ENDE** im Aktiven Modus drückt.

Programmierungsmodus (Setup) – Beginnt nach Drücken der Taste **PROGRAMM**, **FÜR GUT TRAINIERTE** oder **MANUELL**. Nach Aufrufen eines Programms wird der Benutzer zur Auswahl der entsprechenden Einstellungen aufgefordert.

Quick Start – Das Gerät wird in den *Quick Start Manuellen Modus* versetzt, wenn der Benutzer mit dem Treten der Fußplatten beginnt und den 5-Sekunden-Countdown ablaufen lässt. Mithilfe der Taste **QUICK START** kann der *Quick Start Manuelle Modus* auch direkt aufgerufen werden, in dem der Benutzer den Widerstand und die Steigung bestimmt und die Zeit aufwärts zählt.

Trainingsbilanz – Die Anzeige der gesammelten Trainingsdaten erfolgt am Ende jeder Trainingssitzung.

*Vor Verwendung des Geräts die in **Kapitel 1 – Sicherheit** enthaltenen Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen sowie alle Anweisungen zur Bedienung in diesem Kapitel durchlesen und befolgen.*

Auf- und Absteigen

WARNUNG: Vor dem Auf- und Absteigen warten, bis alle beweglichen Teile zum Stillstand gekommen und die Fußplatten in der untersten Position angeordnet sind.

Sicheres Aufsteigen auf das Gerät:

1. Sicherstellen, dass sich das Gerät im *Standby-Modus* befindet und die Fußplatten sich nicht bewegen.

2. Den Handlauf umfassen und vorsichtig auf die Fußplatten steigen.

Sicheres Absteigen vom Gerät:

1. Warten, bis die Fußplatten zum Stillstand gekommen sind.

2. Die Handläufe umfassen, um die Stabilität zu verbessern, und vorsichtig nach hinten vom Gerät absteigen.

Absteigen im Notfall

Wenn ein Notstopp und Absteigen im Notfall erforderlich ist:

1. Die Handläufe umfassen, um die Stabilität zu verbessern.

2. Mit dem Treten aufhören.

3. Warten, bis die Fußplatten zum Stillstand gekommen sind.

4. Die Handläufe weiter umfassen und vorsichtig vom Gerät absteigen.

Bewegungsbereich

Die Steigung ist in Form eines Bogens nach oben und unten einstellbar. Die niedrigste Einstellung ist 0 und entspricht einem Bogen von 12 Grad. Die höchste Einstellung ist 20 und entspricht einem Bogen von 34,5 Grad. Bei den verschiedenen Steigungspositionen werden keine unterschiedlichen Muskelgruppen trainiert. Die Unterschiede liegen lediglich in der Intensität der Muskelaktivität. Siehe Abbildung 1.

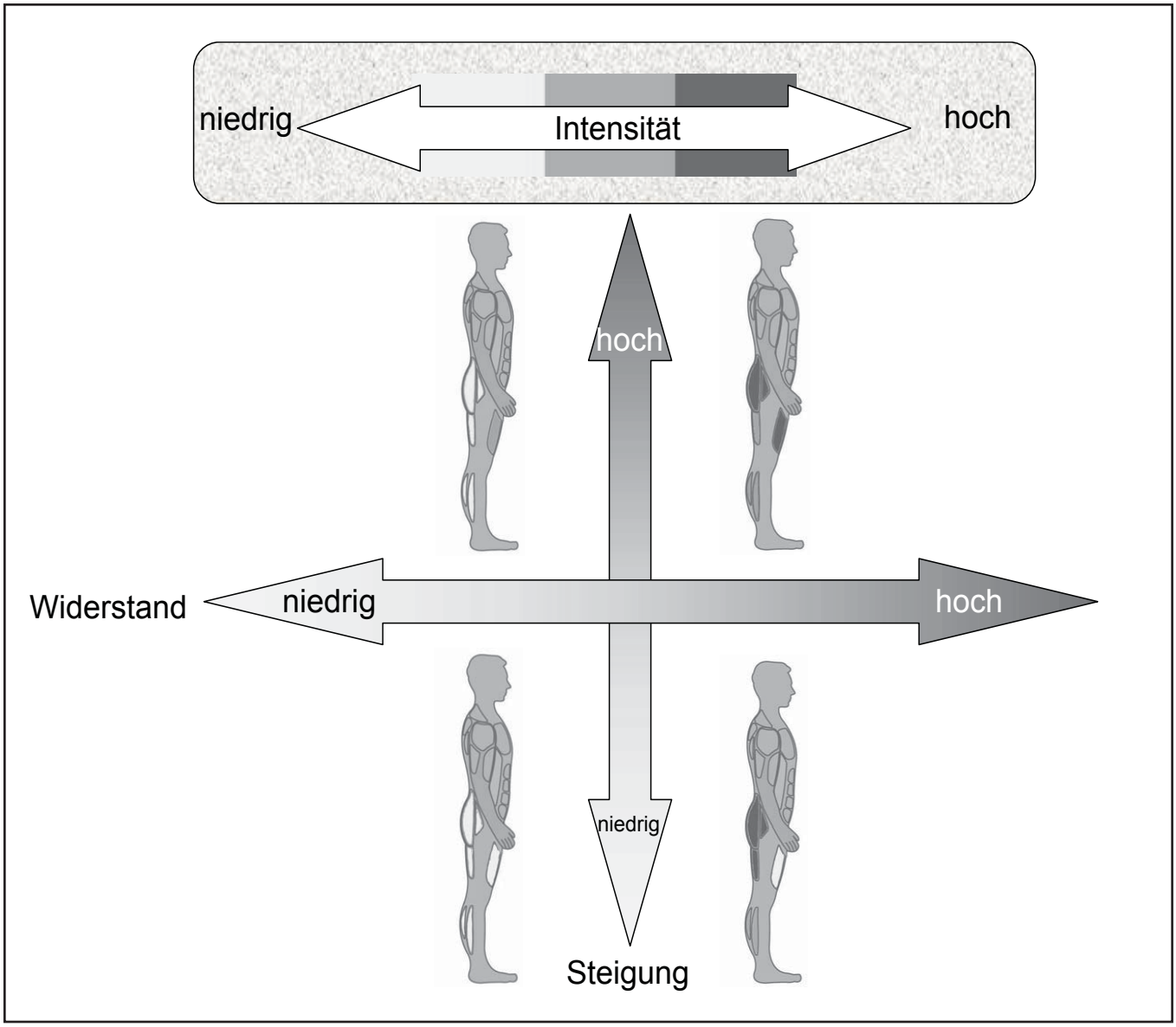


Abbildung 1

Konsolentasten

Die Einstelltasten auf dem Display können während des Trainings verwendet werden, um Widerstand, Steigung, angezeigte Daten und Lüfterdrehzahl zu ändern. Siehe Abbildung 2.

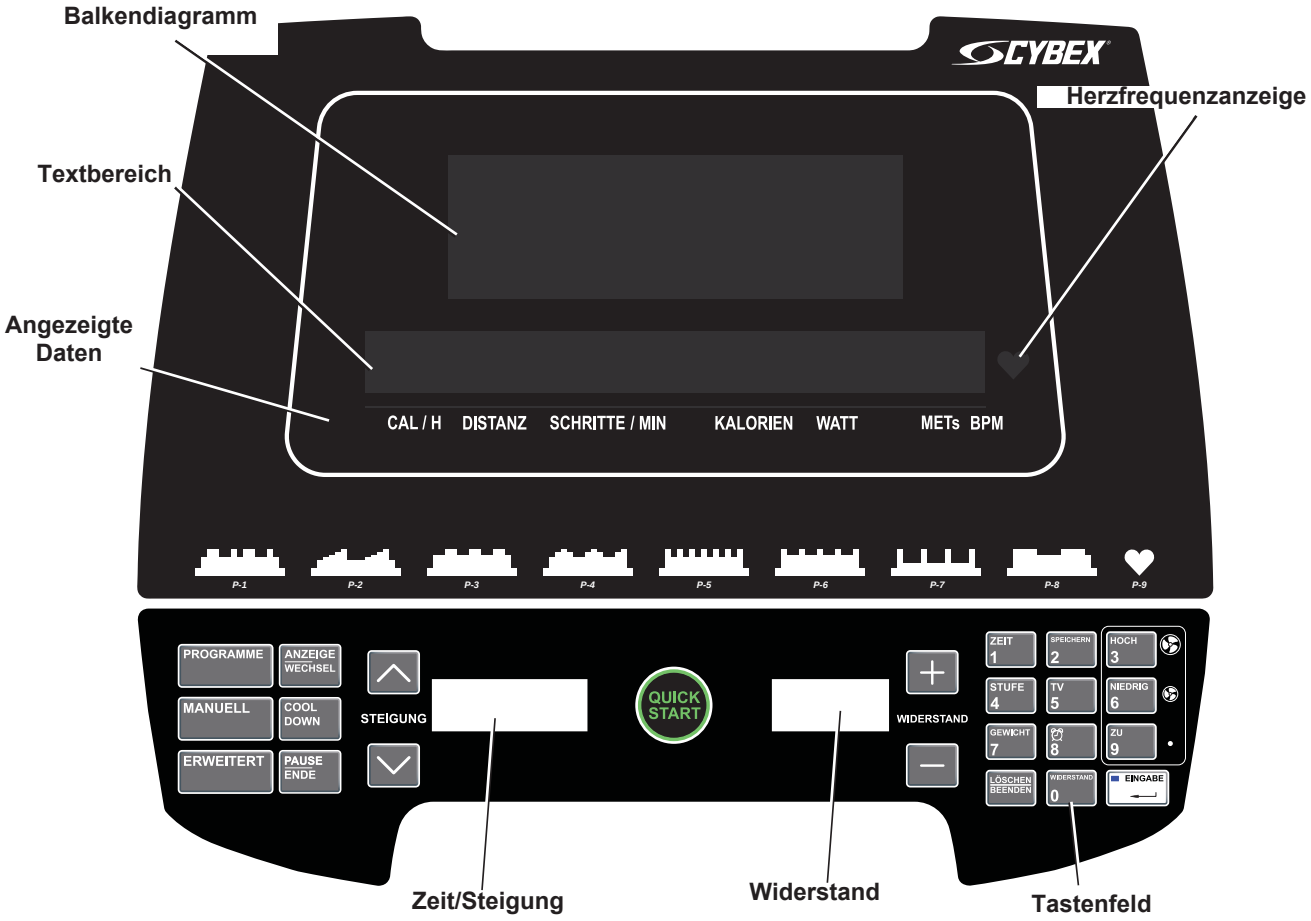


Abbildung 2

Konsolentasten		Beschreibung
PROGRAMME	*Programmierungsmodus*	Auswahl von neun Programmen oder neun benutzerdefinierten Programmen
MANUELL	*Manueller Modus*	Sprung zur Einrichtung des *Manuellen Modus*
FÜR GUT TRAINIERTE	Programme für gut trainierte Benutzer	Aufrufen der Programme für gut trainierte Benutzer
UMSCH/ABFRAGEN	Automatischer Durchlauf	Drücken, um den automatischen Durchlauf zu deaktivieren und den angezeigten Wert zu fixieren. Wenn der automatische Durchlauf ausgeschaltet ist, die Taste drücken, um die angezeigten Daten zu alternieren. Wenn der automatische Durchlauf ausgeschaltet ist, die Taste drei Sekunden lang drücken, um die Funktion wieder einzuschalten.
ABKÜHLEN	*Abkühlmodus*	Leitet eine zweiminütige Abkühlphase ein
PAUSE/ENDE	Anhalten	Beendet den *Aktiven Modus* und ruft den *Pause-Modus* auf (falls aktiviert). Wenn der *Pause-Modus* nicht aktiviert ist, wird das Training beendet und die *Trainingsbilanz* aufgerufen.
STEIGUNG Λ V	Einstellen der Steigung	Die Tasten (Λ V) verwenden, um die Steigung zu erhöhen bzw. zu verringern
QUICK START	*Quick Start Manueller Modus*	Sprung zum *Quick Start Manuellen Modus*
WIDERSTAND + -	Einstellen des Widerstands	Die Tasten (Λ V) verwenden, um den Widerstand zu erhöhen bzw. zu verringern
Tastenfeld (Programmierung)		
ZEIT	Trainingsdauer	Zum Einstellen der Trainingsdauer
STUFE	Trainingsintensität	Einstellen der Programmstufe (1-10)
GEWICHT	Benutzergewicht	Drücken dieser Taste aktiviert das Tastenfeld und erlaubt die Eingabe des Körpergewichts
LÖSCHEN/BEENDEN	Mehrere Verwendungszwecke	Zurücksetzen einer Eingabe, Verlassen eines Menüs, Beenden des TV EPG-Modus oder Zurücksetzen von Trainingsdaten im *Aktiven Modus*
SPEICHERN	Speichern von Programmen	Speichert aufgezeichnete Daten benutzerdefinierter Trainingsprogramme
TV	Fernsehkanal	Ermöglicht die Auswahl von TV-Kanälen
ALARM-UHR	Wecker für das Training	Aktivierung oder Deaktivierung eines Weckers für das Training
WIDERSTAND	Auswahl des Widerstands	Ermöglicht Direkteingabe des Widerstands von 0-100
LÜFTER SCHNELL	Hohe Einstellung	Lüfterdrehzahl hoch
LÜFTER LANGSAM	Niedrige Einstellung	Lüfterdrehzahl niedrig
LÜFTER AUS	Lüfter ausgeschaltet	Standardeinstellung
EINGABE	Akzeptieren von Einstellungen	Durchlaufen der Programmierschritte

Audiovisuelles (AV) Tastenfeld – Optional

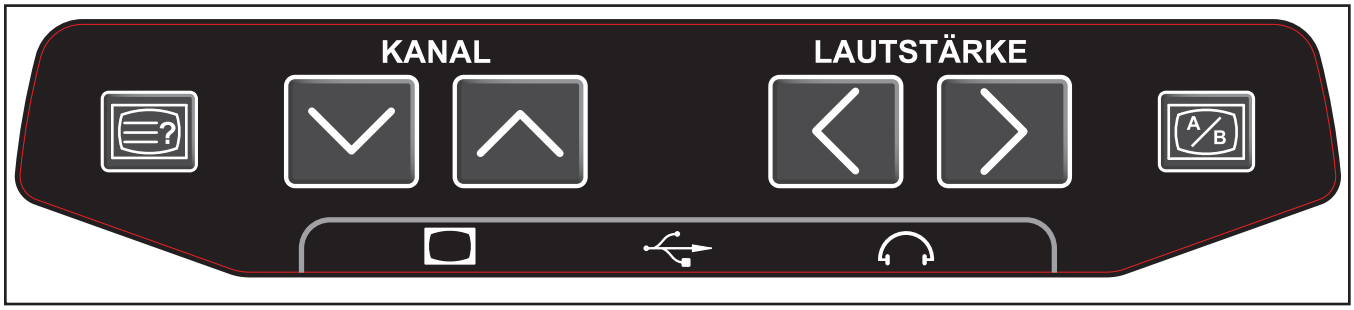


Abbildung 3

Konsolentaste	Beschreibung
EPG	Bei Verwendung eines elektronischen Programmführers (EPG) wird dieser auf dem Fernsehgerät angezeigt. Die Tasten **KANAL Λ V** und **LAUTSTÄRKE < >** drücken, um den EPG zu navigieren, die Taste **EINGABE** drücken, um ausgewählte Einstellungen zu akzeptieren, und **LÖSCHEN/BEENDEN** drücken, um den *EPG-Modus* zu verlassen.
KANAL	Zum Wechseln von Kanälen drücken (Piepton ertönt).
LAUTSTÄRKE	Die entsprechende Taste drücken, um die Lautstärke zu erhöhen bzw. zu verringern. Es erfolgt keine Anzeige auf dem Display.
VIDEO-EINGANG	Drücken, um zwischen Video-Eingang A für Kabelfernsehkanäle und Video-Eingang B für externe Eingänge wie iPod® Video umzuschalten.
VIDEO-PORT	Video-fähiger Anschluss für ein Privatunterhaltungsgerät oder andere Composite-Video-Eingänge. 1 – Video 2 – Masse 3 – Links 4 – Rechts
USB-PORT	Der Universal Serial Bus (USB) ermöglicht den Anschluss unterschiedlicher Geräte unter Verwendung einer standardisierten Schnittstelle nur für Ladeanwendungen.
KOPFHÖRERBUCHSE	Ermöglicht den Anschluss persönlicher Kopfhörer.

Programmauswahl

Es stehen neun vorprogrammierte Optionen zur Auswahl. Die Geschwindigkeit ist nie vorgegeben und kann einfach durch die eigene Schrittgeschwindigkeit bestimmt werden.

Eine komplette Beschreibung und das Profil jedes Programms (P1-P8) ist in Anhang B zu finden.

Programm	Stufen	Einstellungen
P1 Gewichtsreduktion	10	Zeit, Stufe und Gewicht auswählen.
P2 Hügel	10	Zeit, Stufe und Gewicht auswählen.
P3 Hügel-Intervall	10	Zeit, Stufe und Gewicht auswählen.
P4 Bergsteigen	10	Zeit, Stufe und Gewicht auswählen.
P5 Intervall 1:1	10	Zeit, Stufe und Gewicht auswählen.
P6 Intervall 1:2	10	Zeit, Stufe und Gewicht auswählen.
P7 Kraft	10	Zeit, Stufe und Gewicht auswählen.
P8 Cardio	10	Zeit, Stufe und Gewicht auswählen.
P9 Herzfrequenz-Kontrolle	nicht zutr.	Zeit, Alter, Zielherzfrequenz und Gewicht auswählen.

Navigation

Das Tastenfeld ist während der Programmierung aktiv und ermöglicht die Eingabe der Zeit-, Stufen- und Gewichtswerte. Die Tasten **WIDERSTAND + -** und **STEIGUNG Λ V** sind ebenfalls aktiv und ermöglichen die Einstellung (Erhöhung oder Verringerung) des angezeigten Programmwerts. Die Taste gedrückt halten, um die Werte schneller zu durchlaufen.

Nach jedem Schritt die Taste **EINGABE** drücken, um die eingegebenen Werte zu bestätigen und mit dem nächsten Programmierschritt fortzufahren.

Die Taste **QUICK START** kann dabei jederzeit gedrückt werden, um alle Standardwerte eines Programms zu akzeptieren. Wenn nach Auswahl eines Programms keine Tasten gedrückt werden, verwendet das Gerät die Standardeinstellungen des ausgewählten Programms.

Die Taste **LÖSCHEN** kann jederzeit gedrückt werden, um zum Anfang der Programmliste zurückzukehren.

Einrichtung der Programme P1 – P9

1. Die Taste **PROGRAMME** drücken, um die zur Auswahl stehenden Programme zu durchlaufen. Mit jedem Tastendruck wird das nächste Programm in der Liste angezeigt. Das numerische Tastenfeld ist aktiv und ermöglicht die direkte Auswahl eines Programms durch Drücken der entsprechenden Taste (1-9).
2. Die gewünschte Trainingsdauer auswählen, wenn „PROGRAMMZEIT EINSTELLEN XXX“ im Textbereich erscheint.
3. Die gewünschte Trainingsstufe auswählen, wenn „STUFE 1-10 AUSWÄHLEN“ im Textbereich erscheint.
4. Nur für Programm P9 - HRC:
    - Das Alter des Benutzers mit dem numerischen Tastenfeld eingeben, wenn „ZUR BERECHNUNG DER ZIELHERZFREQUENZ IHR ALTER EINGEBEN“ im Textbereich erscheint. Der gültige Bereich beträgt 13 - 113.
    - Die Zielherzfrequenz einstellen, wenn „75 % = XXX BPM“ und „ZIELHERZFREQUENZ BEI 75 % = XXX BPM“ im Textbereich erscheint.

HINWEIS: *Die Zielherzfrequenz (ZHF) wird mit 75 % des Maximums angesetzt, wobei die maximale Herzfrequenz durch Subtrahieren des Alters des Benutzers von 220 berechnet wird. Die ZHF vom standardmäßigen 75%-Wert erhöhen oder verringern oder den vorgegebenen Wert akzeptieren.*

5. Das Gewicht des Benutzers mit dem numerischen Tastenfeld eingeben, wenn „GEWICHT EINGEBEN“ im Textbereich erscheint. Der gültige Bereich beträgt 23 - 181 kg (50 - 400 lbs).

Einrichtung der Programme Manuell und Quick Start

HINWEIS: *Die Programme Manuell und Quick Start verfügen über kein Profil bzw. keine Stufe. Daher stehen keine Programmeinstellungen oder Stufen zur Auswahl.*

Die Taste **MANUELL** drücken und die gewünschte Trainingsdauer sowie das Gewicht des Benutzers eingeben.

Die Taste **QUICK START** drücken, um den Aktiven Modus direkt aufzurufen. Die Programmierung erfolgt ähnlich wie beim Manuellen Programm, ohne dass die Sitzungszeit konfiguriert werden kann. Die Zeit zählt bis zur Max-Zeit nach oben.

Einrichtung der Programme A1 – A2 für gut trainierte Benutzer

Die Taste **FÜR GUT TRAINIERTE** drücken, um die zur Auswahl stehenden Programme zu durchlaufen.
Mit jedem Tastendruck wird das nächste Programm in der Liste angezeigt.

Programm	Einstellungen
A1 Konstante Leistung	Zeit, Leistungsstufe und Gewicht auswählen.
A2 Leistungstraining	Zeit, Stufe und Gewicht auswählen.

Einrichtung von A1 – Konstante Leistung

1. Die Programmtaste **FÜR GUT TRAINIERTE** drücken.
2. Zur Option #1 gehen (oder 1 eingeben).
3. Die gewünschte Trainingsdauer eingeben.
4. Die Leistungsstufe auswählen, wenn „LEISTUNG 50-900 WATT AUSWÄHLEN“ im Textbereich erscheint. Der gültige Bereich beträgt 50-900 Watt in Schritten von 5.
5. Das Gewicht des Benutzers eingeben.

Einrichtung von A2 – Leistungstraining

1. Die Programmtaste **FÜR GUT TRAINIERTE** drücken.
2. Zur Option #2 gehen (oder 2 eingeben).
3. Die gewünschte Trainingsdauer eingeben.
4. Die gewünschte Leistungsstufe (1-21) eingeben.
5. Das Gewicht des Benutzers eingeben.

Benutzerdefinierte Programme

Es können bis zu neun benutzerdefinierte Programme basierend auf einer Trainingssitzung erstellt werden. Das Gerät zeichnet die Steigung und den Widerstand automatisch auf. Dadurch kann das Training nach Abschluss als ein benutzerdefiniertes Programm gespeichert werden.

Die Funktion SPEICHERN wird durch Aufrufen des *Setup-Modus* aktiviert. Zum Aufrufen des *Setup-Modus* die Tasten **LÖSCHEN**, **7-5-0** und **EINGABE** drücken, während der anfängliche *Countdown* läuft. Durch Drücken der Taste **LÖSCHEN** wird der Countdown gestoppt, um die Eingabe von **7-5-0** und die Bestätigung mit der Eingabetaste zu ermöglichen.

Im angezeigten Menü die Tasten **+/-** verwenden, um die Menüoption PROGRAMM SPEICHERN aufzurufen, und **EINGABE** drücken, um die Funktion einzustellen.

HINWEIS: *Wenn das Gerät mit einem optionalen Netzteil ausgestattet ist, kann der Setup-Modus auch im Standby-Modus aufgerufen werden.*

Siehe ***Kapitel 2 – Zusammenbau und Einstellung*** bzgl. weiterer Informationen über den Setup-Modus.

Zum Speichern eines benutzerdefinierten Programms

1. Innerhalb von fünf Sekunden nach Anzeige der *Trainingsbilanz* die SPEICHERN-Taste drücken. Im Textbereich erscheint „SPEICHERN UNTER PROGRAMM 0X“. X stellt den nächsten verfügbaren Programmslot (01-09) dar.
2. Eine Programmnummer (01 bis 09) mit dem Tastenfeld eingeben. Die Tasten **+/-** dienen dem Durchlaufen der 9 benutzerdefinierten Programme.
3. Die Taste **EINGABE** drücken, um das Programm zu akzeptieren und zu speichern.

Wenn bereits neun benutzerdefinierte Programme existieren, sind keine Slots verfügbar; in diesem Fall erscheint „ERSETZE PROG 0X“ im Textbereich. 0X stellt das erste benutzerdefinierte Programm in der Liste dar. Die Programmnummer wie oben beschrieben mit dem Tastenfeld oder der Taste **STUFE** auswählen.

Verwendung eines benutzerdefinierten Programms

Die Taste **Programme** drücken oder die Programmnummer 01 – 09 mit dem Tastenfeld eingeben und mit **EINGABE** bestätigen.

Dabei ist zu beachten, dass diese Programme nicht zur Eingabe der Stufe oder Dauer auffordern, da diese Werte als Teil des Programms gespeichert sind.

Löschen eines benutzerdefinierten Programms

Benutzerdefinierte Programme müssen mindestens eine (1) Minute lang sein; andernfalls wird der Programmslot gelöscht.

1. Eine Trainingssitzung (wie Quick Start) beginnen und vor Ablauf einer Minute beenden.

2. Bei Anzeige der *Trainingsbilanz* die Taste **SPEICHERN** drücken und den Programmslot löschen.

3. Die Taste **EINGABE** drücken.

Angezeigte Daten

Die folgenden Daten werden während des Trainings vom Gerät aufgezeichnet und angezeigt:

CAL / H DISTANZ SCHRITTE / MIN KALORIEN WATT METs BPM

Kalorien pro Stunde (KAL/H) – Berechneter Wert der aktuellen Arbeitsbelastung in Kalorien pro Stunde.

Distanz – Die gesamte Entfernung, die während des Trainings zurückgelegt wurde. Dieser Wert wird je nach gewählter Standardeinstellung in US- (Meilen) oder metrischen Einheiten (Kilometer) angezeigt. Das Gerät bietet eine nicht verstellbare Schrittweite von 61 cm (24 Zoll), wodurch pro Umdrehung eine Distanz von 122 cm (48 Zoll) zurückgelegt wird.

Distanz = Schritte pro Minute x 61 cm (24 Zoll) x Zeit

Schritte pro Minute – Die durchschnittlichen Schritte pro Minute bei der derzeitigen Geschwindigkeit.

Kalorien – Die gesamten Kalorien, die während des Trainings verbraucht wurden.

WATT – Gibt die Arbeitsbelastung an.

Metabolisches Äquivalent (METs) – Wird nur angezeigt, wenn kein Herzfrequenzsignal anliegt. Ein MET ist das metabolische Äquivalent der vom menschlichen Körper im Ruhezustand verbrauchten Energie. Ein Wert über einem MET wird als Belastungszustand betrachtet. MET werden vom Gerät berechnet und alle 1 – 1,2 Sekunden aktualisiert.

MET = Kal/h x 2,2 / Benutzergewicht

Schläge pro Minute (BPM) – Die aktuelle Herzfrequenz des Benutzers. Die Herzfrequenz erscheint nur, wenn ein entsprechendes Signal anliegt.

Herzfrequenzanzeige

Herzfrequenz-Handsensoren – Die Handgriffe an der Griffstange leicht umfassen und sicherstellen, dass die Hände sauber sind und sowohl die vorderen als auch die hinteren Sensoren an jedem Griff berühren. Die Herzfrequenz wird gewöhnlich nach spätestens 30 Sekunden angezeigt.

Faktoren, die das Herzfrequenzsignal beeinträchtigen:

- Handlotionen
- Öle und Körperpuder
- Übermäßiger Schmutz
- Übermäßige Bewegung
- Körperbeschaffenheit
- Hydration
- Zu loses Umfassen
- Zu festes Umfassen
- Auf- oder Anlehnen an den Griffen

Wireless-Display – Diese Funktion erfordert, dass der Benutzer einen Polar®-kompatiblen Herzfrequenzgurt trägt (nicht im Lieferumfang enthalten).

Nachdem die tatsächliche Herzfrequenz ermittelt wurde, blinkt die LED rechts neben dem Textbereich entsprechend der angezeigten Herzfrequenz und die Herzfrequenz-LED leuchtet auf. Die Farbe der Anzeigeleuchte repräsentiert eine Skala von niedriger bis hoher Zielherzfrequenz.

Weiß	Noch keine gültige Herzfrequenz verfügbar
Blau	0 – 69 Schläge pro Minute
Grün	70 – 93 Schläge pro Minute
Gelb	94 – 119 Schläge pro Minute (Fettabbau-Zone)
Blutorange	120 – 169 (Cardio-Zone)
Magenta	170 und höher

Lüfterregelung

Der Lüfter ist standardmäßig auf „AUS“ eingestellt. Der Benutzer kann die Einstellung durch Drücken der entsprechenden Einstelltaste auf „SCHNELL“ oder „LANGSAM“ ändern. ***HINWEIS:*** *Der Benutzer muss schneller als 70 Schritte pro Minute laufen, damit der Lüfter funktioniert.*

Einrichtung von Alarmen

Einrichten eines Alarmtons für das Training:

1. Die Zifferntaste 8 auf dem Tastenfeld drücken, die außerdem mit einem Wecker-Symbol gekennzeichnet ist. Im Textbereich erscheint „ALARM UM HH:MM Y“. Dieses Display zeigt zunächst die aktuelle Uhrzeit an.

2. Die gewünschte Uhrzeit mit dem Tastenfeld eingeben. Nach jedem Wert die EINGABE-Taste drücken, um die Eingabe zu akzeptieren und mit dem nächsten Wert fortzufahren.

   HH (Stunde) **MM** (Minuten) **Y=**A (Vormittags) oder P (Nachmittags)

HINWEIS: *Die Bedientasten **+/- WIDERSTAND** sind ebenfalls aktiv und können Erhöhen bzw. Verringern des blinkenden Zeitwerts verwendet werden. Die Taste gedrückt halten, um die Werte schneller zu durchlaufen.*

Nachdem der Alarm eingestellt wurde, leuchtet die blaue LED auf der Taste **EINGABE** kontinuierlich. Zum Abbrechen des Alarms, bevor dieser ertönt, die Taste „8 ALARM“ einmal drücken.

Wenn die Alarmzeit erreicht wird, zeigt das Display „ALARM“ an und ein Piepton ertönt. Die Taste **LÖSCHEN**, **EINGABE** oder **8 ALARM** drücken, um den Alarm zurückzusetzen.

Batteriewächter

Der Batteriewächter (Battery Sentry) verwendet Feedback vom Display (Geschwindigkeitssignal, Drücken einer Taste und Herzfrequenz), um die Anwesenheit des Benutzers zu bestimmen. Wenn innerhalb von 20 Sekunden kein Benutzer erkannt wird, gibt das Display einen Alarmton aus und zeigt „SIND SIE DA?“ an.

Mit dem Treten der Fußplatten fortfahren, die Herzfrequenz-Handsensoren umfassen oder innerhalb der voreingestellten Zeit eine Taste drücken, um das Training wieder aufzunehmen.

4 – Vorbeugende Wartung

Warnhinweise

Alle in diesem Kapitel und in ***Kapitel 1 – Sicherheit*** enthaltenen Warnhinweise lesen.

Die folgenden Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen beachten:

Alle Wartungsarbeiten müssen von qualifiziertem Personal durchgeführt werden. Missachten dieser Anweisung kann schwere Verletzungen verursachen.

Vor Durchführung von Reinigungs- oder Wartungsverfahren den Netzstecker des Geräts aus der Steckdose ziehen, um Stromschläge zu verhindern. ***HINWEIS:*** *Eine Ladung kann auch dann noch vorhanden sein, wenn das Netzkabel aus der Steckdose gezogen wurde.*

Feuchte Objekte von den internen Teilen des Geräts fernhalten.

Die Funktionsfähigkeit des Geräts kann nur gewährleistet werden, wenn das Gerät regelmäßig auf Schäden und Abnutzung kontrolliert wird. ***HINWEIS:*** *Besonders auf Verschleißteile achten.*

Verschlissene oder beschädigte Komponenten unverzüglich austauschen und/oder das Gerät außer Betrieb nehmen, bis es repariert wurde.

Reinigung des Geräts

1. Ein mildes Reinigungsmittel wie Seifenwasser auf einen sauberen Lappen sprühen.

2. Das Gerät abwischen.

HINWEIS: *Das Reinigungsmittel nicht direkt auf das Gerät sprühen. Dadurch können Elektronikteile beschädigt werden. Schäden dieser Art sind nicht von der Garantie gedeckt.*

Nach jeder Verwendung:

Verschüttete Flüssigkeit sofort aufwischen.

Schweißreste von den Handläufen und lackierten Oberflächen abwischen.

Flüssigkeiten und übermäßige Feuchtigkeit von Konsole und Anzeige fernhalten, da sie eine elektrische Gefahr darstellen und zum Ausfall der Elektronik führen können.

Zum Reinigen der Handsensoren einen Lappen mit einer alkoholhaltigen Reinigungslösung anfeuchten und die Griffe damit abwischen.

HINWEIS: *Die Handsensoren sind die einzigen Teile am Gerät, die mit einer alkoholhaltigen Reinigungslösung gereinigt werden dürfen.*

Vorbeugende Wartungsmaßnahmen

Vorbeugende Wartungsmaßnahmen müssen regelmäßig durchgeführt werden, um das Gerät in betriebsfähigem Zustand zu halten. Alle Wartungsarbeiten in ein Protokoll eintragen, um einen Überblick über die durchgeführten vorbeugenden Wartungsmaßnahmen zu behalten.

HINWEIS: *Cybex ist nicht für die Durchführung der regelmäßigen Inspektions- und Wartungsarbeiten am Gerät verantwortlich. Das Personal in die Inspektions- und Wartungsarbeiten sowie in Maßnahmen zur Meldung bzw. Aufnahme von Zwischenfällen einweisen.*

1. Alle in diesem Kapitel und in ***Kapitel 1 – Sicherheit*** enthaltenen Warnhinweise gründlich lesen. Alle in diesem Kapitel enthaltenen Anweisungen gründlich lesen.

2. Vor Durchführung von Wartungsarbeiten die Stromversorgung trennen. Wenn das Gerät mit einem optionalen Wechselstrom-Netzgerät ausgestattet ist, das Netzkabel aus der Steckdose ziehen.

Für bestimmte Wartungsmaßnahmen muss die Zugangsabdeckung abgenommen und wieder angebracht werden.

Erforderliches Werkzeug

- Kreuzschlitzschraubendreher

Zugangsabdeckung abnehmen

1. Die beiden unteren Befestigungsschrauben der Zugangsabdeckung mit einem Kreuzschlitzschraubendreher entfernen. Siehe Abbildung 1.

2. Die beiden oberen Befestigungsschrauben der Zugangsabdeckung mit einem Kreuzschlitzschraubendreher entfernen. Siehe Abbildung 1.

3. Die Zugangsabdeckung abnehmen.

WARNUNG: Das Schwungrad kann heiß sein. Vor der Wartung abkühlen lassen.

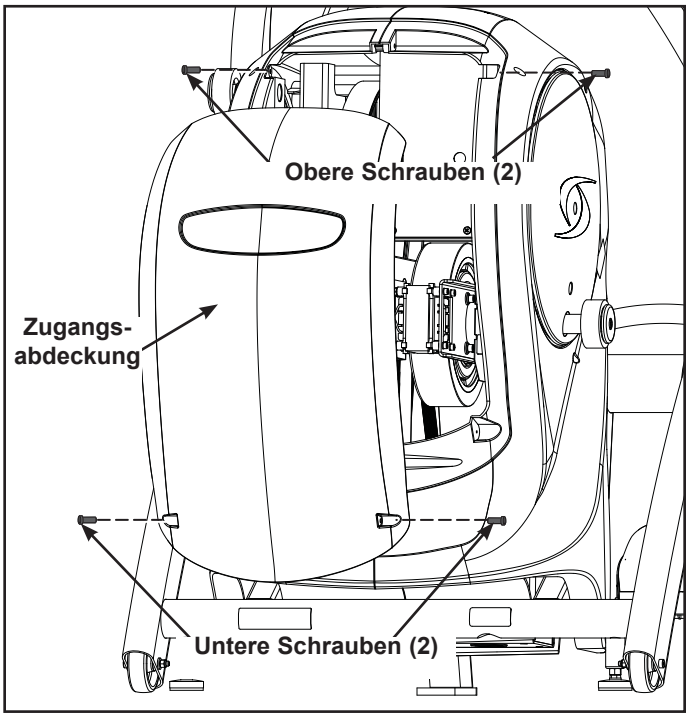


Abbildung 1

Zugangsabdeckung anbringen

HINWEIS: *Die Schrauben nicht zu fest anziehen.*

1. Die beiden oberen Befestigungsschrauben, die in Schritt 2 unter ***Zugangsabdeckung abnehmen*** entfernt wurden, anbringen und mit einem Kreuzschlitzschraubendreher festziehen.

2. Die beiden unteren Befestigungsschrauben, die in Schritt 1 unter ***Zugangsabdeckung abnehmen*** entfernt wurden, anbringen und mit einem Kreuzschlitzschraubendreher festziehen.

3. Das Gerät auf ordnungsgemäße Funktion prüfen.

Antriebsriemen

Das Gerät ist mit zwei Antriebsriemen ausgestattet, die lose, abgenutzt und rissig werden können.

Außer wenn die Riemen ausgebaut und nicht richtig aufgezogen wurden, ist es unwahrscheinlich, dass sich die Riemen lösen und gespannt werden müssen. Siehe Abbildung 2.

HINWEIS: *Wenn ein Riemen Risse oder Verschleiß aufweist, muss er unverzüglich von einem qualifizierten Wartungsmechaniker ersetzt werden.*

Primärriemen – Dies ist der breitere der beiden Riemen. Die Nuten gewährleisten die Ausrichtung auf der großen, oberen Riemenscheibe.

Sekundärriemen – Dies ist der schmalere der beiden Riemen. Die Nuten gewährleisten die Ausrichtung auf der Antriebsriemenscheibe des Schwungrads.

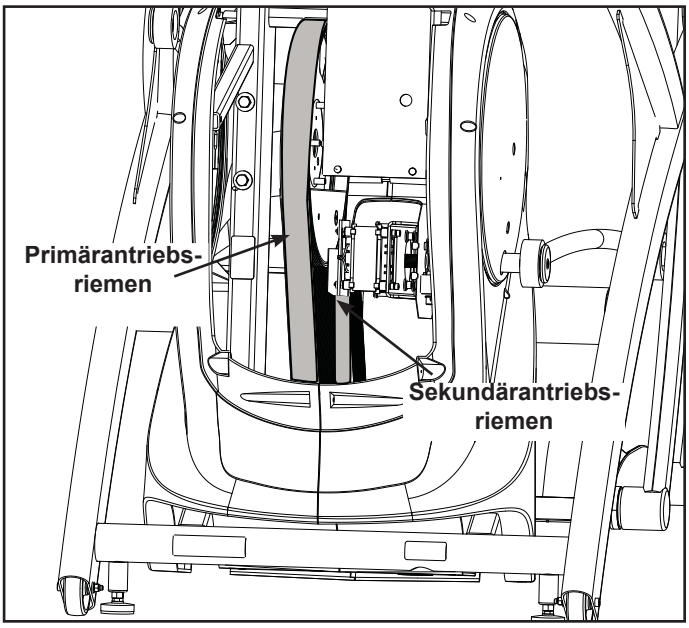


Abbildung 2

Empfohlener Wartungsplan

Zum Bestimmen der Laufkilometer mit dem Treten beginnen:

Während des Countdown die Taste **LÖSCHEN** drücken, **9-9-9** eingeben und die Taste **EINGABE** drücken. Die erste Menüoption ist KILOMETERZÄHLER.

EINGABE drücken, um die zurückgelegte Entfernung anzuzeigen.

Nach den ersten 800 km (500 Meilen)

Das folgende Verfahren verwenden, um die ordnungsgemäße Spannung und den guten Zustand der Riemen zu gewährleisten.

1. Die Zugangsabdeckung abnehmen (siehe vorheriges Verfahren ***Zugangsabdeckung abnehmen***).

2. Jeden Riemen herunterziehen und drehen, um den Zustand zu untersuchen. Ein Riemen, der Risse oder Verschleiß aufweist, muss unverzüglich von einem qualifizierten Wartungsmechaniker ersetzt werden.

3. Die Zugangsabdeckung anbringen (siehe vorheriges Verfahren ***Zugangsabdeckung anbringen***).

Alle 5.000 km (8.000 Meilen)

Die Antriebsriemen auf Spannung und Abnutzung überprüfen (siehe Verfahren für die ersten 800 km).

Das Gerät wegbewegen und den Aufstellungsort absaugen. Das Gerät an der Rückseite anheben und vom Aufstellungsort zurückrollen. Den Bereich unter dem Gerät abzusaugen und das Gerät wieder richtig positionieren.

Die Innenseite des Geräts reinigen.

1. Die Zugangsabdeckung abnehmen (siehe vorheriges Verfahren ***Zugangsabdeckung abnehmen***).

2. Die freiliegenden Komponenten mit einem Kleinsaugzubehör oder Handsauger absaugen.

3. Schmutz und Ablagerungen von den Teilen im Inneren entfernen.

4. Alle freiliegenden Bereiche mit einem trockenen Lappen abwischen.

5. Die Zugangsabdeckung anbringen (siehe Verfahren ***Zugangsabdeckung anbringen***).

Alle 32.000 km (20.000 Meilen)

Die Hubeinheit von einem qualifizierten Wartungsmechaniker überprüfen, verschlissene Teile ersetzen und die Hublager schmieren lassen.

Statistik

Der Statistik-Bildschirm ermöglicht die Verfolgung von Daten zur Gerätenutzung.

Den Statistik-Bildschirm aus den Modi *Countdown, Sperre, Eingabe der CSAFE-ID* oder *Standby* aufrufen.

Die Taste **Löschen** drücken, **9-9-9** eingeben und die Taste **EINGABE** drücken.

Die Datenfunktionen können außerdem vom CSAFE-Anschluss aus aufgerufen werden.

Die Taste **EINGABE** drücken, um mit dem nächsten Bildschirm fortzufahren.

Die Tasten **WIDERSTAND** drücken, um das Menü vorwärts oder rückwärts zu durchlaufen.

Statistikmenü	**Anzeige**	
ST1 – KILOMETER-ZÄHLER	KM XXXX.X oder MI XXXX.X	0.0 – 999,999.9 (X=gesamte Meilen oder Kilometer)
ST2 – STUNDEN	STUNDEN XXXXXX	0 – 99999 (X=Gesamtdauer der Benutzersitzungen)
ST3 – STARTS	STARTS XXXXXX	0 – 999,999 (X=Gesamtanzahl von Benutzersitzungen)
ST4 – BEWEGUNGEN	BEWEGUNGEN XXXXXX	0 – 9,999,999 (X=Anzahl von Hubbewegungen in Schritten von 1 %)
ST5 – BATTERIE	BATTERIE XXXXXX	0 – 999.999 (X=Anzahl der Minuten, die die Batterie verwendet wurde)
ST6 – FEHLER	X FEH X HH:MM M-TT-JJ	Fehlercodes werden in einem fortlaufenden Protokoll mit 20 Einträgen mit Zeit- und Datumsstempel gespeichert
ST7 – PROGRAMM-NUTZUNG	PR Y XXXXXX	Y= Programmnummer XXXXX gibt an, wie oft das Programm gewählt, die Einrichtung durchgeführt und das Gerät in den aktiven Modus geschaltet wurde.

Zum Löschen der Daten die Taste **Pause/Ende** drei Sekunden drücken, den doppelten Piepton abwarten und die Taste **LÖSCHEN** drücken.

Fehlercodes

Bei einem Fehler erscheinen abwechselnd „FEHLER #“ und die Meldung „AUSSER BETRIEB“ auf dem Textdisplay.

HINWEIS: *Die Protokollnummer erscheint auf dem Steigungsdisplay als L-01 bis L-20.*

Die Taste **LÖSCHEN** drücken und gedrückt halten, um alle Fehler im Protokoll zu löschen. Wenn das Protokoll leer ist, erscheint „KEINE FEHLER“ auf dem Display.

Die Taste EINGABE drücken, um diesen Modus zu verlassen.

HINWEIS: *Siehe Kontaktinformationen in **Kapitel 5 – Kundendienst** bzgl. der Durchführung aller Wartungs- und Servicemaßnahmen.*

Folgende Steigungs- und Akkuladefehler können angezeigt werden:

Fehlernummer	Ursache	Anzeige	Reset/Abhilfe
24: Steigung bewegt sich zu langsam	Es wurde eine Steigungsbewegung anfordert, die Feedback-Änderung ist jedoch langsamer als das zulässige Minimum.	Keine, nur gespeicherter Fehler.	• Gewindespindel untersuchen und schmieren. • Steigung neu kalibrieren. • Ausgang des Steigungs-Potentiometers messen. Potentiometer könnte defekt sein. • Akku austauschen.
25: Feedback der Steigungsbewegung unterbrochen	Es wurde eine Steigungsbewegung anfordert, das Feedback weist jedoch darauf hin, dass sich der Wert nicht ändert bzw. der erwarteten Änderung nicht mehr entspricht.	Striche in der Steigungsanzeige.	Display versucht, die Steigungsposition beim Aufrufen des *Standby-Modus* neu zu kalibrieren.
26: Steigung deaktiviert	Störungen beim Steigungs-Feedback konnten nach einem Fehler 25 nicht durch Neukalibrieren beseitigt werden.	Striche in der Steigungsanzeige. Steigung ist deaktiviert.	Wartungsmechaniker benachrichtigen.
27: Schwacher Akku	Die gemeldete Akkuspannung liegt unter dem Grenzwert von 10,7 VDC und die Steuereinheit hat die Akku-schwach-Warnung ausgegeben.	Striche in der Steigungsanzeige. Steigung ist deaktiviert.	Durch weitere Verwendung des Geräts wird der Akku wieder geladen und der Fehlerzustand automatisch gelöscht.

Akku

Das Gerät ist mit einem 12 V Bleiakku ausgerüstet. Der Akku wird während des normalen Gerätebetriebs oder durch Anschließen des optionalen Netzadapters aufgeladen.

Das Display zeigt Striche in der Steigungsanzeige an, wenn der Akku nicht genügend Spannung liefert. Das Gerät funktioniert – abgesehen von der Steigungs-Funktion – immer noch normal.

Wenn der Akku komplett entladen ist, wird auch die Trainingsbilanz gelöscht, sofern der Nutzer während dieser Zeit mit dem Treten aufhört. Siehe ***Kapitel 5 – Kundendienst*** bzgl. Kontaktinformationen für den Austausch des Akkus oder den Kauf des optionalen Wechselstrom-Netzgeräts.

WARNUNG: *Der Akku muss von einem qualifizierten Wartungstechniker ausgetauscht werden.*

HINWEIS: *Vor Außerbetriebnahme des Geräts den Akku ausbauen und entsorgen.*

Umgebungsbedingungen

Luftfeuchtigkeit und statische Elektrizität

Das Gerät funktioniert in Umgebungen mit 30 % bis 75 % relativer Luftfeuchtigkeit normal. Es kann in Umgebungen mit einer relativen Luftfeuchtigkeit von 10 % bis 90 % versandt und gelagert werden.

Abhängig vom Klima kann trockene Luft statische Elektrizität verursachen. Wenn sich die in Ihrem Körper aufgeladene statische Elektrizität während des Trainings entlädt, können Sie einen leichten Schock verspüren. In diesem Fall die Luftfeuchtigkeit mit Hilfe eines Luftbefeuchters auf einen komfortablen Wert erhöhen.

HINWEIS: *Das Gerät nicht in Umgebungen mit hoher Luftfeuchtigkeit, wie z. B. in der Nähe von Dampfbädern, Saunen, Schwimmbecken oder im Freien, aufstellen, betreiben oder lagern. Hohe Wasserdampf-, Chlor- und/oder Brom-Konzentrationen können die Funktion der Elektronik sowie anderer Teile des Geräts beeinträchtigen.*

Temperatur

Das Gerät funktioniert in Umgebungen mit einem Temperaturbereich von 10 °C bis 40 °C (50 °F bis 104 °F) normal. Es kann in Umgebungen mit einer Temperatur von 0 °C bis 60 °C (32 °F bis 140 °F) versandt und gelagert werden.

5 – Kundendienst

Kontaktinformationen

Das Telefon ist von Montag bis Freitag zwischen 8.30 Uhr und 18.00 Uhr amerikanischer Ostküstenzeit (EST) besetzt.

Cybex-Kunden in den USA können den Kundendienst unter **+1-888-462-9239** gebührenfrei anrufen.

Cybex-Kunden außerhalb der USA erreichen den Cybex-Kundendienst telefonisch unter **001-508-533-4300** oder per Fax unter **001-508-533-5183**.

Weitere Informationen sind im Internet unter www.cybexinternational.com oder per E-Mail unter techhelp@cybexintl.com erhältlich.

Seriennummer

Die Seriennummer ist wie in Abbildung 1 dargestellt am Gerät zu finden.

Die Seriennummer unten eintragen und für einen Anruf beim Cybex Kundendienst bereithalten.

Seriennummer_____

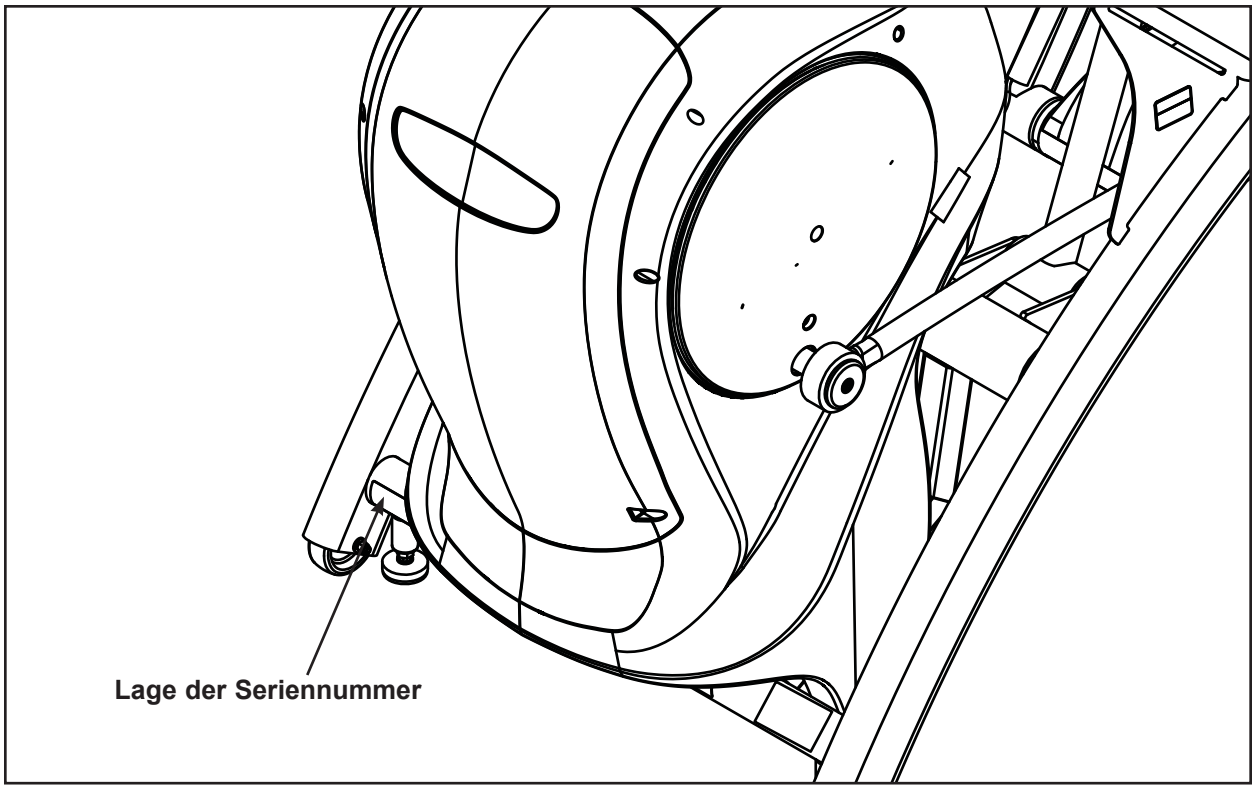


Abbildung 1

Bestellinformationen

Bestellungen per Fax an **+1-508-533-5183**. Kundendienstvertreter sind telefonisch unter **+1-888-462-9239** (für Kunden in den USA) oder **+1 508 533 4300** (für Kunden außerhalb der USA) erreichbar.

⚠ VORSICHT

Nur Austauschteile von Cybex bei der Wartung verwenden. Das Nichteinhalten kann zu ernsten Verletzungen führen.

Die Garantie von Cybex verfällt bei Verwendung von Austauschteilen anderen als Originalteilen von Cybex.

Service doppelt isolierter Produkte

Bei doppelt isolierten Produkten werden zwei Isoliersysteme anstelle der Erdung verwendet. Doppelt isolierte Produkte bieten keine Erdungsvorrichtung und dürfen auch nicht mit einer Erdungsvorrichtung ausgestattet werden.

Der Service eines doppelt geerdeten Produkts erfordert äußerste Vorsicht und Kenntnisse über das System und darf nur von qualifiziertem Personal durchgeführt werden. Ersatzteile für ein doppelt isoliertes Produkt müssen mit den zu ersetzenden Teilen identisch sein. Ein doppelt isoliertes Produkt ist mit den Wörtern „DOUBLE INSULATION“ oder „DOUBLE INSULATED“ (doppelte Isolierung, doppelt isoliert) gekennzeichnet. Das Produkt kann außerdem mit dem Symbol (ein Quadrat in einem Quadrat) markiert sein.

Symbol	Beschreibung
	Symbol für doppelte Isolierung

Beschädigte Teile

Waren, die beim Transport beschädigt wurden, sollten nicht für eine Gutschrift zurückgegeben werden. Für Transportschäden ist die Speditionsfirma (UPS, Federal Express, Transportunternehmen usw.) verantwortlich.

Offensichtliche Schäden – Beim Empfang der Sendung alle Kartons sorgfältig untersuchen. Alle sichtbaren Schäden müssen auf dem Lieferschein vermerkt und vom Spediteur gegengezeichnet werden. Andernfalls kommt der Spediteur nicht für den Schaden auf. Die erforderlichen Dokumente für eine solche Schadensmeldung sind beim Spediteur erhältlich.

Verborgene Schäden – Schäden, die bei der Warenannahme nicht sichtbar waren und später entdeckt wurden, müssen dem Spediteur unverzüglich gemeldet werden. Nachdem ein solcher Schaden bemerkt wurde, muss der Spediteur innerhalb von 10 Tagen nach dem Lieferdatum schriftlich oder telefonisch benachrichtigt werden, um eine Inspektion durchzuführen. Alle Versand- und Verpackungsmaterialien aufbewahren; sie werden für die Inspektion benötigt. Der Spediteur übergibt einen Inspektionsbericht und die erforderlichen Formulare, die für eine Schadensmeldung bei verborgenen Schäden erforderlich sind. Für verborgene Schäden ist der Spediteur verantwortlich.

Rückgabegenehmigung (RMA)

Die Rückgaberegelung (RMA - Return Material Authorization) regelt das Verfahren bei Rückgabe von Material (Austausch, Reparatur oder Gutschriften). Damit wird gewährleistet, dass zurückgegebenes Material korrekt gehandhabt und analysiert wird. Befolgen Sie diese Regeln bitte sorgfältig.

Wenden Sie sich für alle Garantieangelegenheiten an den Cybex-Vertragshändler. Der Vertragshändler wird bei Bedarf eine RMA-Nummer von Cybex anfordern. Defekte Teile oder Geräte werden von Cybex nur mit gültiger RMA-Nummer und einem ARS-Etikett (Automated Return Service) akzeptiert.

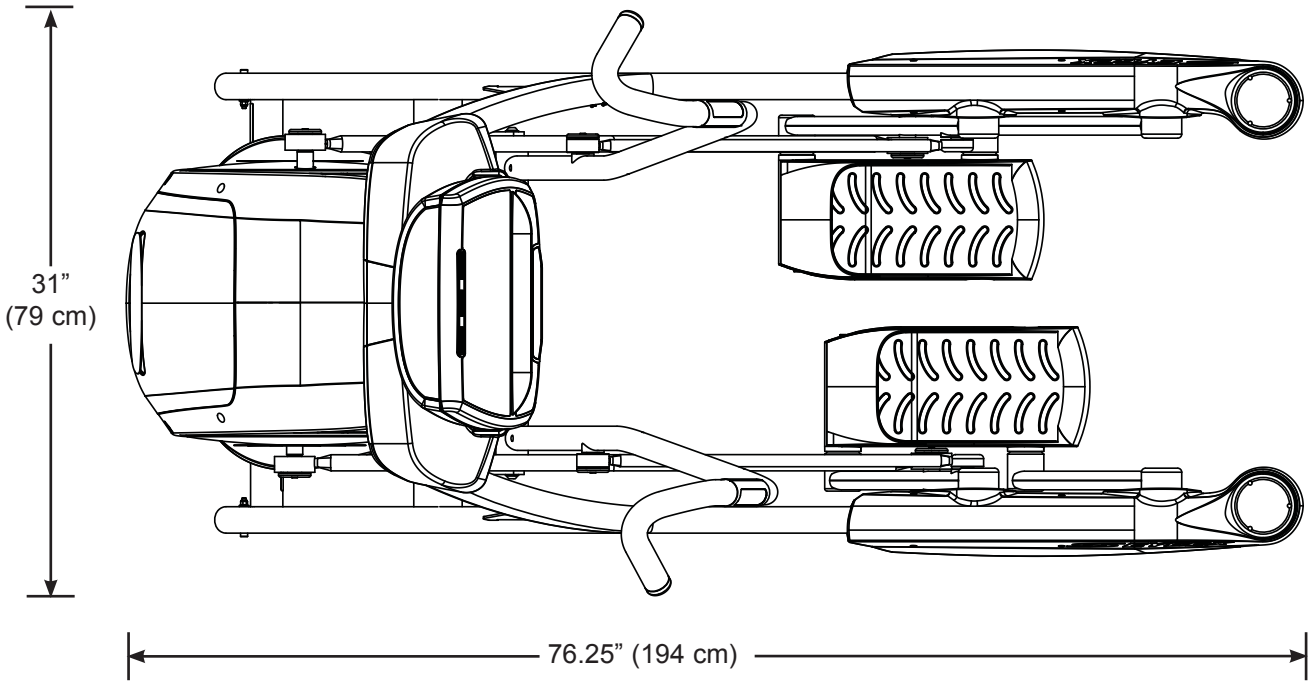
1. Rufen Sie die auf Seite 5-1 angegebene Kundendienst-Hotline an, um ein defektes Teil zurückzugeben.
2. Beschreiben Sie dem Techniker detailliert, welches Problem vorliegt oder welchen Defekt das Teil aufweist.
3. Geben Sie das Modell und die Seriennummer an. *Die Seriennummer ist an der Vorderseite des Geräts zu finden (siehe Abbildung 1)* und beginnt mit einem Buchstaben. Beispiel: R09-101331100.
4. Der Cybex-Techniker kann Sie dazu auffordern, das/die betreffende(n) Teil(e) zur Überprüfung bzw. Reparatur und Austausch an Cybex zurückzusenden. Der Techniker stellt dann eine RMA-Nummer aus und sendet Ihnen ein ARS-Etikett. ARS-Etikett und RMA-Nummer müssen gut sichtbar außen am Versandpaket, das das/die zurückzugebende(n) Teil(e) enthält, angebracht werden. Legen Sie dem Paket außerdem eine Beschreibung des Problems, die Seriennummer des Geräts sowie den Namen und die Anschrift des Eigentümers bei.
5. Senden Sie das Paket per UPS an Cybex.
   Attn: Customer Service Department
   Cybex International, Inc.
   1975 24th Ave SW
   Owatonna MN 55060 USA

HINWEIS: *Waren, die nicht mit einer RMA-Nummer außen am Paket gekennzeichnet sind bzw. nicht frachtfrei versandt wurden, werden nicht von Cybex akzeptiert.*

Appendix A - Technical Specifications

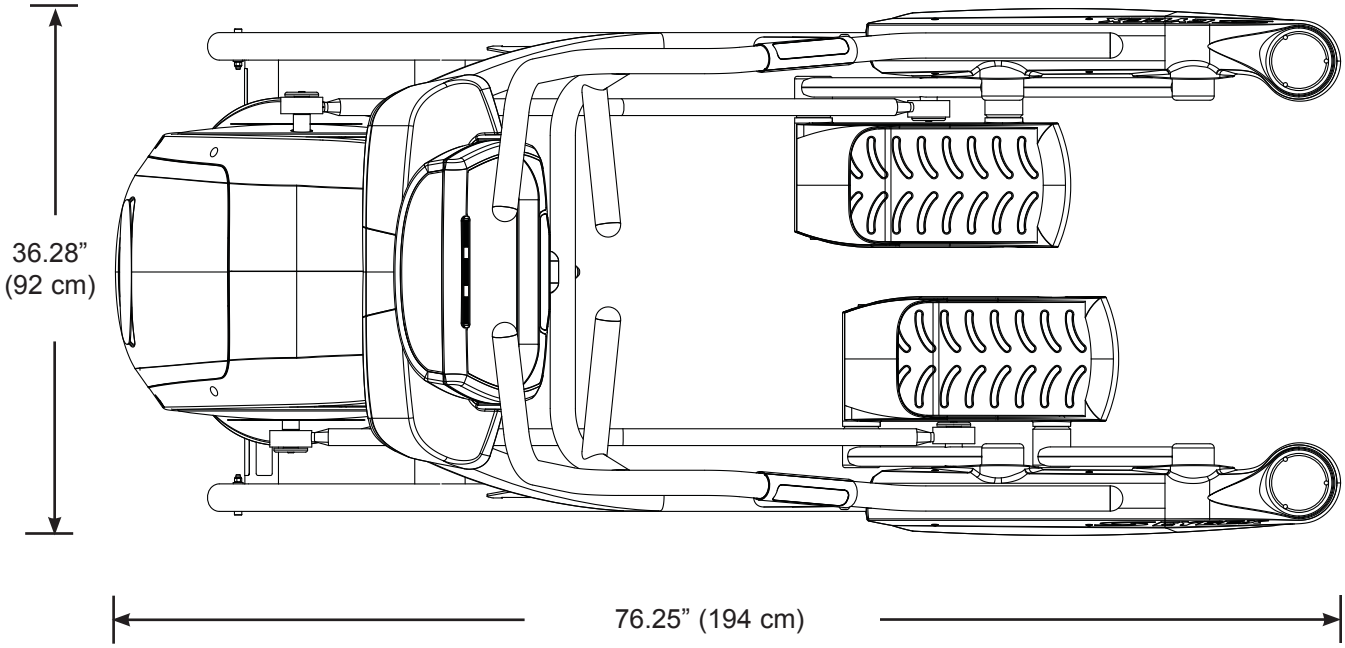
750A Technical Specifications

Classification:	S (Studio)
Accuracy:	A
Assembled Length:	76.25" (194 cm)
Assembled Width:	31" (79 cm)
Height:	62.5"(159 cm)
Weight of Product:	412 lbs. (187 kg.)
Shipping Weight:	437 lbs. (198 kg.)
Incline Levels:	0-20
Resistance Levels:	101 (Represented by 0-100% in increments of 1).
Stride Length:	24" (61 cm) fixed length.
Programs:	Quick Start plus Manual, 8 Factory Programs, Heartrate Control, Constant Power, Power Training, Fitness Test, and ability to store 9 custom programs.
Console Features:	Upper console: Large Bar Graph Matrix for displaying program profiles, 16 character dot matrix area for display and scrolling text, a multi-color backlit heart for conveying heartrate range. The Text Display area can show Cal/Hr, Distance, Strides per Minute, Calories, Watts, METs and BPM. Lower Console: Two numeric displays for incline, time, resistance and level.Heart
Rate Features:	Built-in wireless heart rate receiver (transmitter not included) and contact heart rate monitoring.
Frame Colors:	Standard: White texture, black texture, metaltone gold, black chrome, platinum sparkle. Custom: Unlimited colors available.
Resistance Range:	0-900 watt.
Maximum User Weight:	400 lbs. (181 kg).
Power Rating:	Self powered or 100 - 240 VAC~, 50/60 Hz, 1.8A, 1-phase.
Options:	Cybex Personal Entertainment Module and optional AC Power Adapter



750AT Technical Specifications

Classification:	S (Studio)
Accuracy:	A
Assembled Length:	76.25" (194 cm)
Assembled Width:	36.28" (92 cm)
Height:	39.79"(101 cm)
Weight of Product:	404 lbs. (183 kg.)
Shipping Weight:	429 lbs. (195 kg.)
Incline Levels:	0-20
Resistance Levels:	101 (Represented by 0-100% in increments of 1).
Stride Length:	24" (61 cm) fixed length.
Programs:	Quick Start plus Manual, 8 Factory Programs, Heartrate Control, Constant Power, Power Training, Fitness Test, and ability to store 9 custom programs.
Console Features:	Upper console: Large Bar Graph Matrix for displaying program profiles, 16 character dot matrix area for display and scrolling text, a multi-color backlit heart for conveying heartrate range. The Text Display area can show Cal/Hr, Distance, Strides per Minute, Calories, Watts, METs and BPM. Lower Console: Two numeric displays for incline, time, resistance and level.Heart
Rate Features:	Built-in wireless heart rate receiver (transmitter not included) and contact heart rate monitoring.
Frame Colors:	Standard: White texture, black texture, metaltone gold, black chrome, platinum sparkle. Custom: Unlimited colors available.
Resistance Range:	0-900 watt.
Maximum User Weight:	400 lbs. (181 kg).
Power Rating:	Self powered or 100 - 240 VAC~, 50/60 Hz, 1.8A, 1-phase.
Options:	Cybex Personal Entertainment Module and optional AC Power Adapter



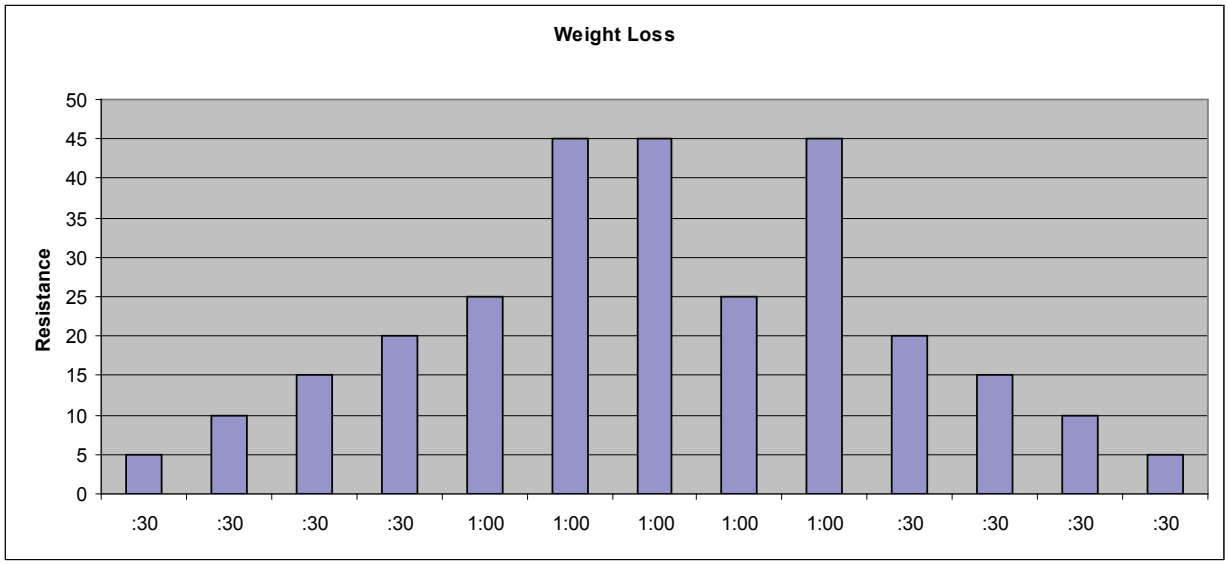
Appendix B – Program Overviews

P1 Weight Loss

The Weight Loss program is a five-minute core program designed for low to medium intensity training that the user can sustain for an extended period of time. It builds from a low intensity baseline to include short bursts of higher resistance while the elevation increases by fifty percent for two-minutes. The constant variety provides for periods of higher expenditure and training effect without the introduction of undue fatigue allowing the user to perform for longer periods of time. See table and Figure 1.

Weight Loss

Time	:30	:30	:30	:30	1:00	1:00	1:00	1:00	1:00	:30	:30	:30	:30
	Warm Up				Program Segments					Cool Down			
Resistance	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
10	5	10	15	20	25	45	45	25	45	20	15	10	5
9	5	10	15	20	25	40	40	25	40	20	15	10	5
8	5	10	15	20	25	35	35	25	35	20	15	10	5
7	5	5	10	15	25	40	40	25	40	15	10	5	5
6	5	5	10	15	25	35	35	25	35	15	10	5	5
5	5	5	10	15	25	30	30	25	30	15	10	5	5
4	5	5	5	10	15	25	25	15	25	10	5	10	8
3	5	5	5	10	15	20	20	15	20	10	5	10	8
2	5	5	5	5	5	15	15	5	15	5	4	3	3
1	5	5	5	5	5	10	10	5	10	5	4	3	3
	Warm Up				Program Segments					Cool Down			
Elevation	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
10	8	8	8	8	8	12	12	8	8	8	8	8	8
9	8	8	8	8	8	12	12	8	8	8	8	8	8
8	6	6	6	6	6	12	12	6	6	6	6	6	6
7	6	6	6	6	6	8	8	6	6	6	6	6	6
6	6	6	6	6	6	8	8	6	6	6	6	6	6
5	6	6	6	6	6	8	8	6	6	6	6	6	6
4	4	4	4	4	4	6	6	4	4	4	4	4	4
3	4	4	4	4	4	6	6	4	4	4	4	4	4
2	4	4	4	4	4	6	6	4	4	4	4	4	4
1	4	4	4	4	4	6	6	4	4	4	4	4	4


Weight Loss
Resistance
50
45
40
35
30
25
20
15
10
5
0
:30
:30
:30
:30
1:00
1:00
1:00
1:00
1:00
:30
:30
:30
:30

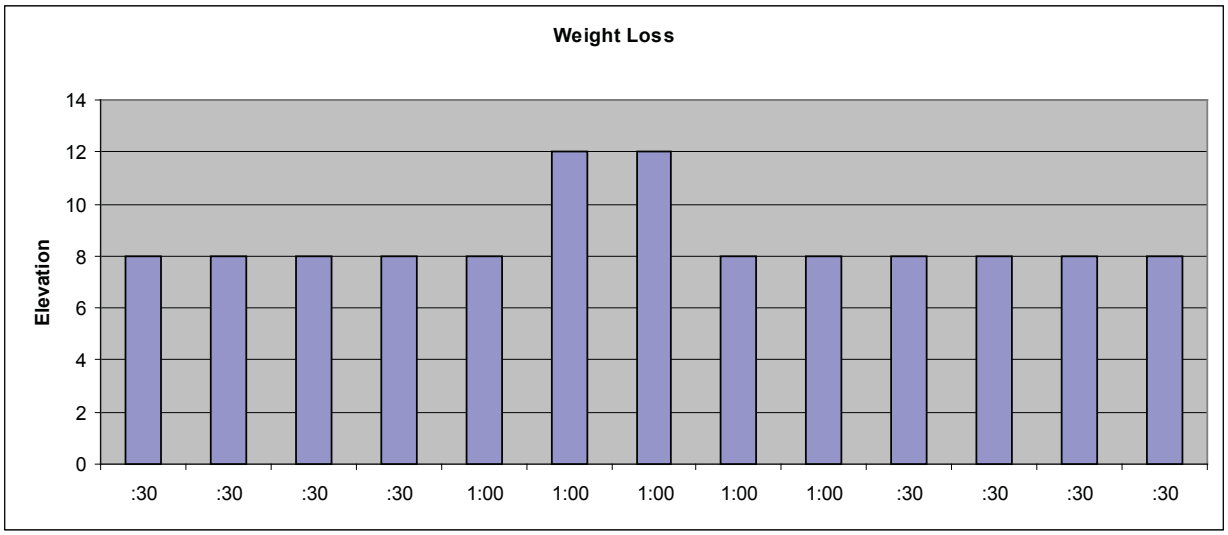

Weight Loss
Elevation
14
12
10
8
6
4
2
0
:30
:30
:30
:30
1:00
1:00
1:00
1:00
1:00
:30
:30
:30
:30

Figure 1

P2 Hills

The Hills program is a three-minute thirty-second core program designed to give the user an intense workout. Users will experience moderate resistance and elevation at the beginning to simulate the start of a climb and will crest at peak elevation gain and difficult resistance after two-minutes. The resistance then returns to the preliminary level and the core program repeats itself for the next hill. See table and Figure 2.

Hills

Time		:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30
		Warm Up				Program Segments							Cool Down			
Resistance		1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4
	10	20	30	40	50	50	55	65	75	80	50	50	50	40	30	20
	9	20	30	40	45	45	50	60	70	75	45	45	45	40	30	20
	8	20	30	35	40	40	45	55	65	75	40	40	40	35	30	20
	7	15	25	35	35	35	45	50	60	70	35	35	35	35	25	15
	6	15	25	30	35	35	40	50	55	65	35	35	35	30	25	15
	5	15	25	30	30	30	35	45	50	60	30	30	30	30	25	15
	4	10	20	25	30	25	30	40	50	55	25	25	30	25	20	10
	3	10	20	25	25	20	30	40	45	50	20	20	25	25	20	10
	2	10	15	20	25	20	25	35	40	45	20	20	25	20	15	10
	1	10	10	15	15	20	20	30	35	40	20	20	15	15	10	10
		Warm Up				Program Segments							Cool Down			
Elevation		1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4
	10	6	8	10	12	16	16	18	20	20	10	10	12	10	8	6
	9	6	6	8	10	14	16	16	18	20	10	10	10	8	6	6
	8	6	6	8	8	14	14	16	18	18	10	10	8	8	6	6
	7	6	6	8	8	12	14	14	16	18	10	10	8	8	6	6
	6	6	6	6	8	12	12	14	16	16	10	10	8	6	6	6
	5	6	6	6	6	10	12	12	14	16	10	10	6	6	6	6
	4	4	4	4	6	10	10	12	14	14	10	10	6	4	4	4
	3	4	4	4	6	8	10	10	12	14	10	10	6	4	4	4
	2	4	4	4	4	8	8	10	12	12	10	10	4	4	4	4
	1	4	4	4	4	6	8	8	10	12	10	10	4	4	4	4

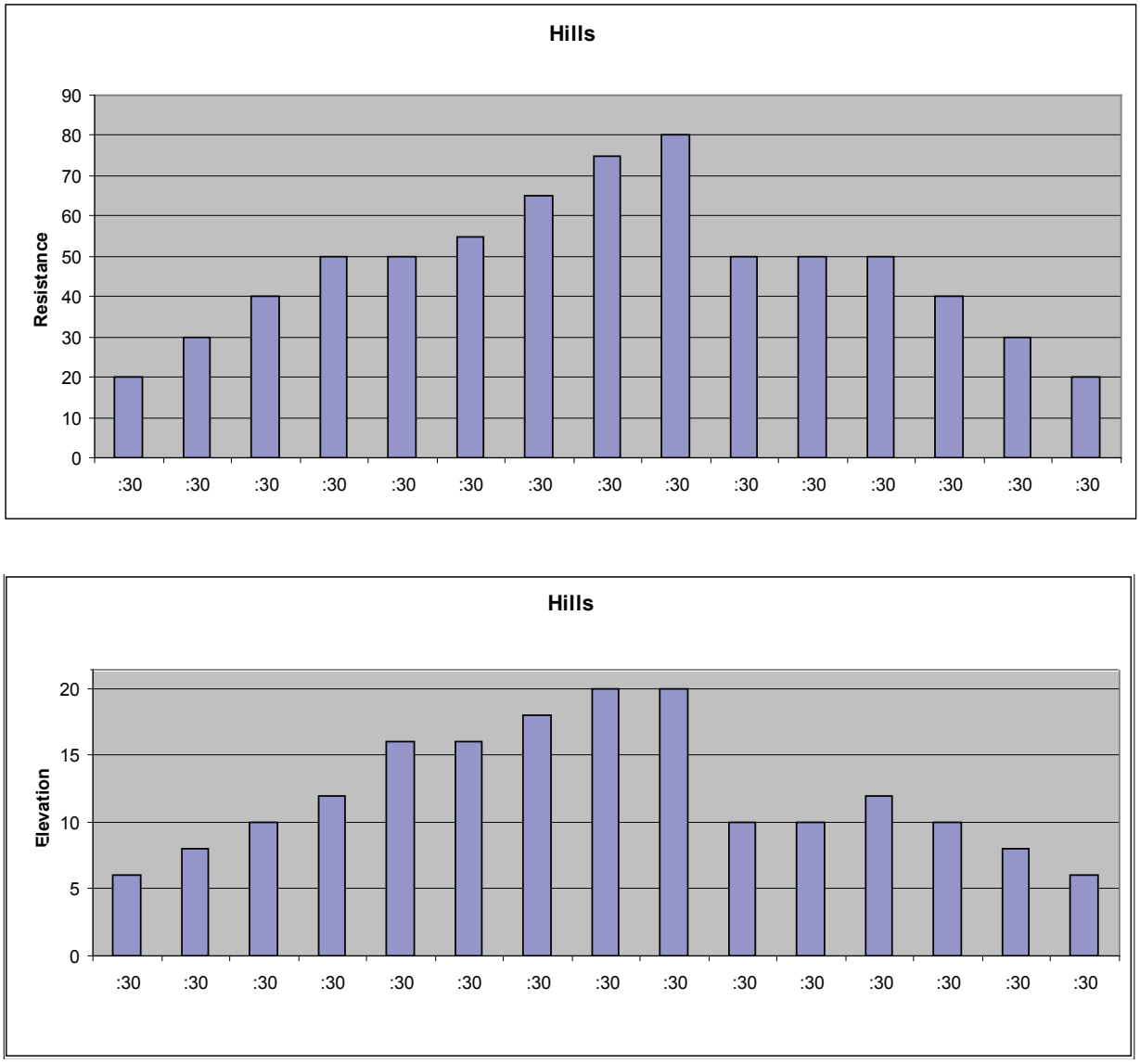

Hills
Resistance
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
Hills
Elevation
20
15
10
5
0
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30

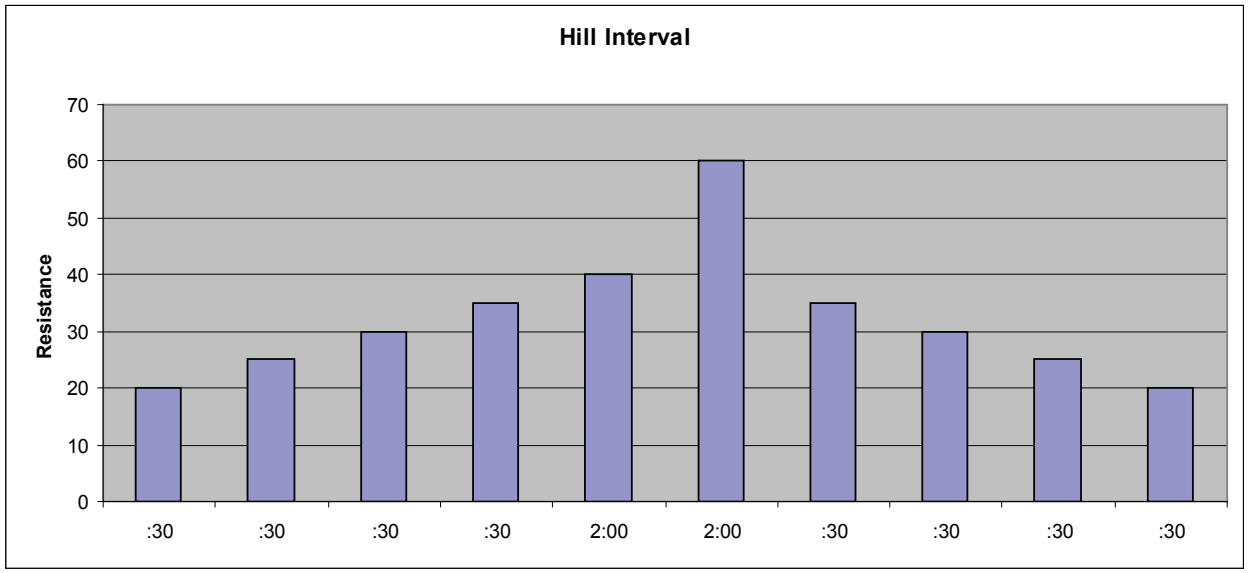
Figure 2

P3 Hill Interval

The Hills program is a four-minute core program designed for medium intensity workouts. Users will experience intervals of moderate resistance and elevation at the beginning to simulate the start of a climb and greater resistance and steeper elevation after two-minutes. The resistance then returns to the preliminary level and the core program repeats itself for the next interval. See table and Figrue 3.

Hill Interval

Time	:30	:30	:30	:30	2:00	2:00	:30	:30	:30	:30
	Warm Up				Program Segments		Cool Down			
Resistance	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4
10	20	25	30	35	40	60	35	30	25	20
9	20	25	30	35	40	50	35	30	25	20
8	15	20	25	30	35	45	30	25	20	15
7	15	20	25	30	35	40	30	25	20	15
6	15	15	20	25	30	35	25	20	15	15
5	15	15	20	25	30	25	25	20	15	15
4	10	10	15	20	25	30	20	15	10	10
3	10	10	15	20	25	25	20	15	10	10
2	10	10	10	15	20	20	15	10	10	10
1	10	10	10	10	15	15	10	10	10	10
	Warm Up				Program Segments		Cool Down			
Elevation	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4
10	6	8	10	12	12	20	12	10	8	6
9	6	6	8	10	10	20	10	8	6	6
8	6	6	8	10	10	18	10	8	6	6
7	6	6	6	8	8	18	8	6	6	6
6	6	6	6	8	8	16	8	6	6	6
5	6	6	6	6	6	16	6	6	6	6
4	6	6	6	6	6	14	6	6	6	6
3	4	4	6	6	6	14	6	6	4	4
2	4	4	6	6	6	12	6	6	4	4
1	4	4	6	6	6	12	6	6	4	4


Hill Interval
Resistance
70
60
50
40
30
20
10
0
:30
:30
:30
:30
2:00
2:00
:30
:30
:30
:30

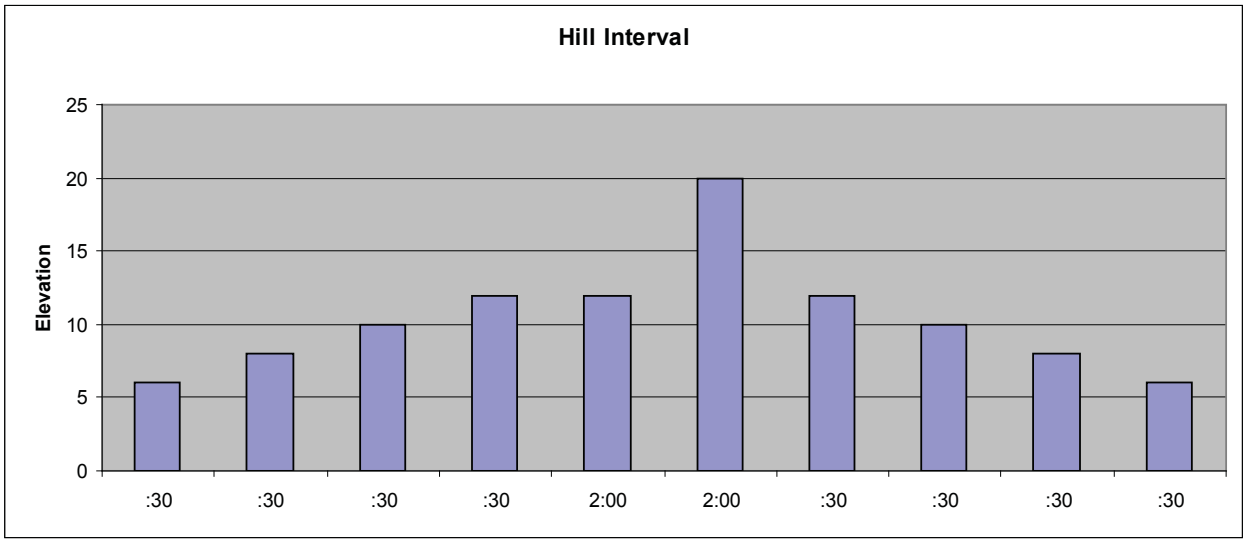

Hill Interval
Elevation
25
20
15
10
5
0
:30
:30
:30
:30
2:00
2:00
:30
:30
:30
:30

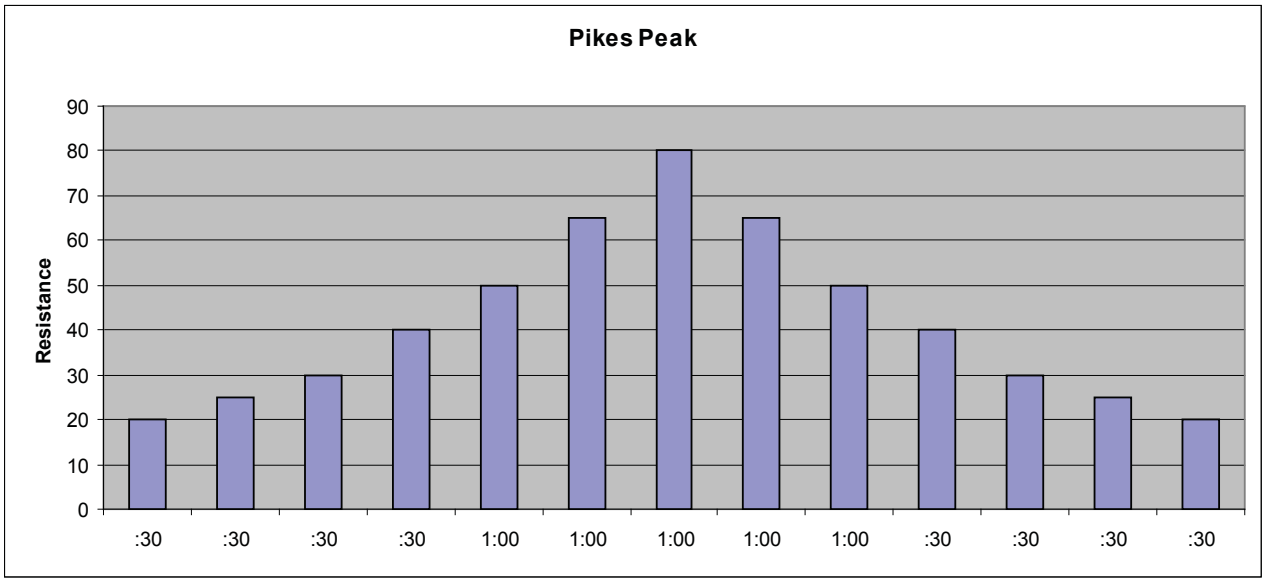
Figure 3

P4 Pikes Peak

Pikes Peak is a five-minute core program that begins at a low intensity level and incrementally increases both resistance and elevation until peaking after three-minutes and remains at that level for one-minute before ramping back down to the initial level. The repetitive program is designed to encourage a transition in training intensity to encourage the development of aerobic and anaerobic energy systems. See table and Figure 4.

Pikes Peak

Time		:30	:30	:30	:30	1:00	1:00	1:00	1:00	1:00	:30	:30	:30	:30
		Warm Up				Program Segments					Cool Down			
Resistance		1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
	10	20	25	30	40	50	65	80	65	50	40	30	25	20
	9	20	25	30	35	50	60	75	60	50	35	30	25	20
	8	20	25	30	35	45	55	70	55	45	35	30	25	20
	7	15	20	25	35	45	50	65	50	45	35	25	20	15
	6	15	20	25	30	40	45	60	45	40	30	25	20	15
	5	10	15	20	20	40	40	55	40	40	20	20	15	10
	4	10	10	15	15	30	35	50	35	30	15	15	10	10
	3	5	10	10	15	30	30	45	30	30	15	10	10	5
	2	5	5	10	10	20	20	40	20	20	10	10	5	5
	1	5	5	10	10	15	20	35	20	15	10	10	5	5
		Warm Up				Program Segments					Cool Down			
Elevation		1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
	10	6	8	10	10	12	16	20	16	12	10	10	8	6
	9	6	8	10	10	11	15	19	15	11	10	10	8	6
	8	6	8	8	8	10	14	18	14	10	8	8	8	6
	7	6	6	8	8	9	13	17	13	9	8	8	6	6
	6	6	6	8	8	8	12	16	12	8	8	8	6	6
	5	6	6	8	8	7	11	14	11	7	8	8	6	6
	4	6	6	8	8	6	9	12	9	6	8	8	6	6
	3	6	6	8	8	5	8	10	8	5	8	8	6	6
	2	6	6	8	8	4	6	8	6	4	8	8	6	6
	1	6	6	8	8	3	5	6	5	3	8	8	6	6


Pikes Peak
Resistance
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
:30
:30
:30
:30
1:00
1:00
1:00
1:00
1:00
:30
:30
:30
:30

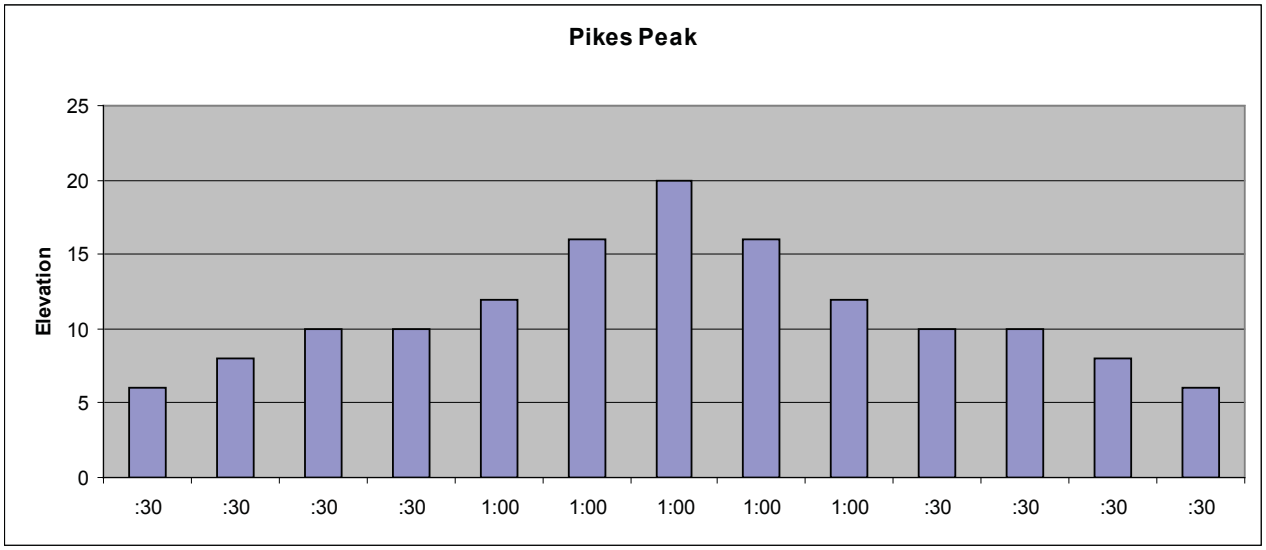

Pikes Peak
Elevation
25
20
15
10
5
0
:30
:30
:30
:30
1:00
1:00
1:00
1:00
1:00
:30
:30
:30
:30

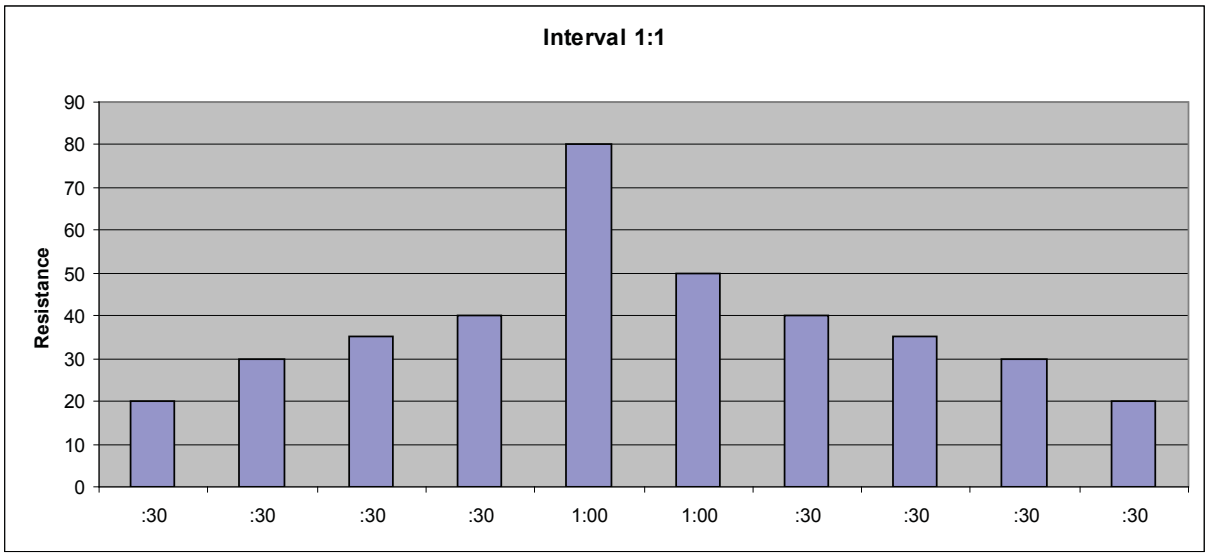
Figure 4

P5 Interval 1:1

The Interval 1:1 program is a two-minute core program utilizing a 1:1 work to rest ratio. It is designed to improve both aerobic and anaerobic capabilities as users will face a high level of resistance for one minute followed by a one-minute recuperation period before performing the work interval again. The elevation remains constant throughout the program. See table and Figure 5.

Interval 1:1

Time	:30	:30	:30	:30	1:00	1:00	:30	:30	:30	:30
	Warm Up				Program Segments		Cool Down			
Resistance	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4
10	20	30	35	40	80	50	40	35	30	20
9	15	25	30	35	75	50	35	30	25	15
8	15	20	25	30	75	45	30	25	20	15
7	10	20	25	30	70	45	30	25	20	10
6	10	20	25	30	70	40	30	25	20	10
5	10	15	20	25	65	40	25	20	15	10
4	15	20	20	25	65	35	25	20	20	15
3	10	10	15	20	60	35	20	15	10	10
2	5	10	15	20	60	30	20	15	10	5
1	5	10	15	15	55	30	15	15	10	5
	Warm Up				Program Segments		Cool Down			
Elevation	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4
10	8	8	12	16	20	20	16	12	8	8
9	8	8	12	16	20	20	16	12	8	8
8	8	8	12	12	16	16	12	12	8	8
7	8	8	12	12	16	16	12	12	8	8
6	8	8	12	12	16	16	12	12	8	8
5	8	8	8	12	12	12	12	8	8	8
4	8	8	8	8	12	12	8	8	8	8
3	8	8	8	8	12	12	8	8	8	8
2	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
1	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8


Interval 1:1
Resistance
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
:30
:30
:30
:30
1:00
1:00
:30
:30
:30
:30

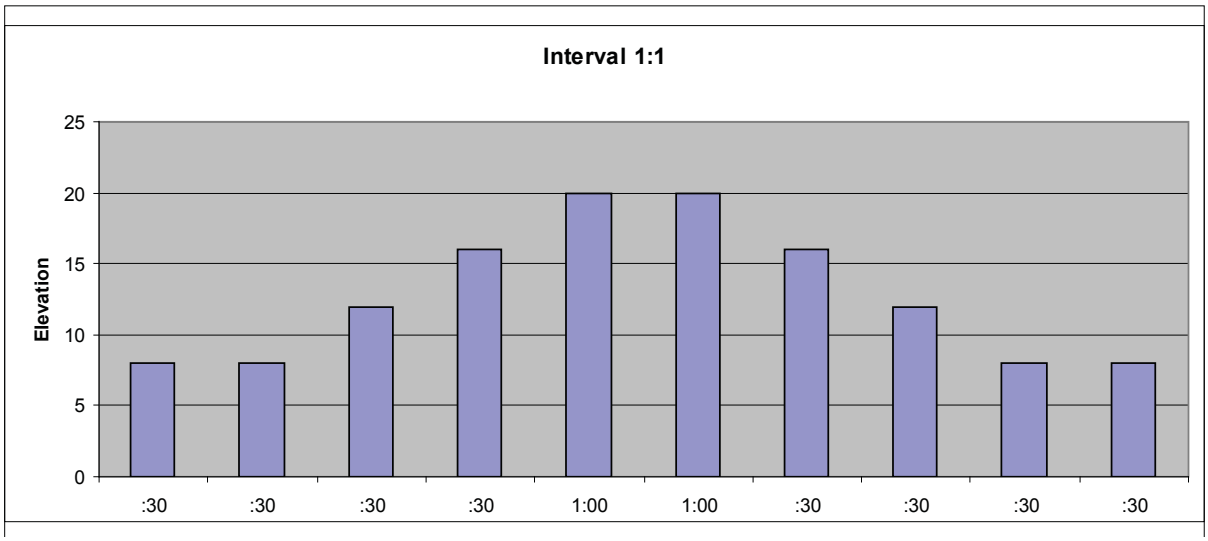
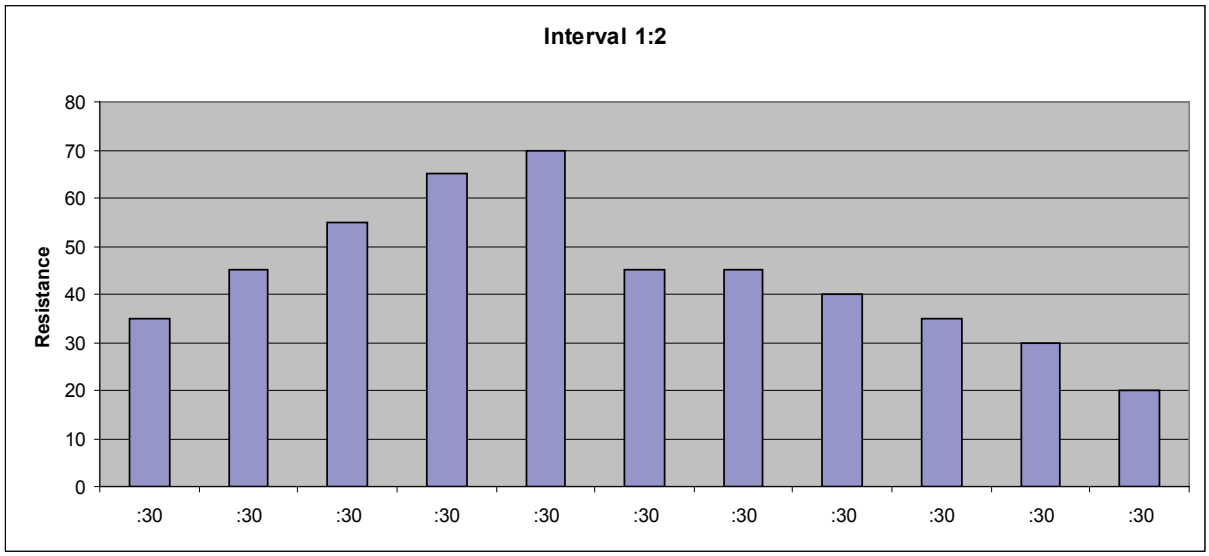

Interval 1:1
Elevation
25
20
15
10
5
0
:30
:30
:30
:30
1:00
1:00
:30
:30
:30
:30

Figure 5

P6 Interval 1:2

The Interval 1:2 program uses a 1:2 work to rest ratio. It is designed for high resistance training with longer rest periods than the 1:1 program. Users will face a high level of resistance for thirty-seconds followed by a one minute recuperation period before performing the interval again. The elevation remains constant throughout the program. See table and Figure 6.

Interval 1:2					Repeat						
Time	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30	:30
	Warm Up				Program Segments			Cool Down			
Resistance	1	2	3	4	1	2	3	1	2	3	4
10	35	45	55	65	70	45	45	40	35	30	20
9	35	40	50	60	65	40	40	35	30	25	15
8	30	40	50	55	60	35	35	30	25	20	15
7	30	35	45	50	55	30	30	30	25	20	10
6	25	35	40	45	50	30	30	30	25	20	10
5	25	30	35	40	45	25	25	25	20	15	10
4	20	25	30	35	40	25	25	25	20	15	10
3	20	25	30	30	35	20	20	20	15	10	10
2	15	20	25	30	30	20	20	20	15	10	5
1	10	15	20	20	25	15	15	15	15	10	5
	Warm Up				Program Segments			Cool Down			
Elevation	1	2	3	4	1	2	3	1	2	3	4
10	8	8	12	16	20	20	20	16	12	8	4
9	8	8	12	16	20	20	20	16	12	8	4
8	8	8	12	12	16	16	16	12	12	8	4
7	8	8	12	12	16	16	16	12	12	8	4
6	8	8	12	12	16	16	16	12	12	8	4
5	8	8	8	12	12	12	12	12	8	8	4
4	8	8	8	8	12	12	12	8	8	8	4
3	8	8	8	8	12	12	12	8	8	8	4
2	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	4
1	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	4


Interval 1:2
Resistance
80
70
60
50
40
30
20
10
0
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30

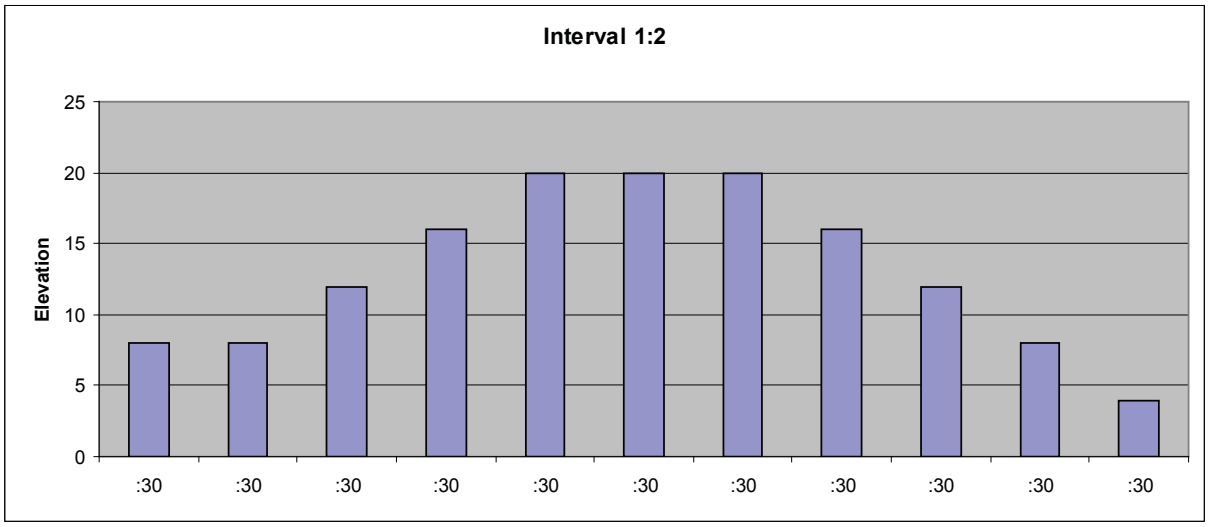

Interval 1:2
Elevation
25
20
15
10
5
0
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30
:30

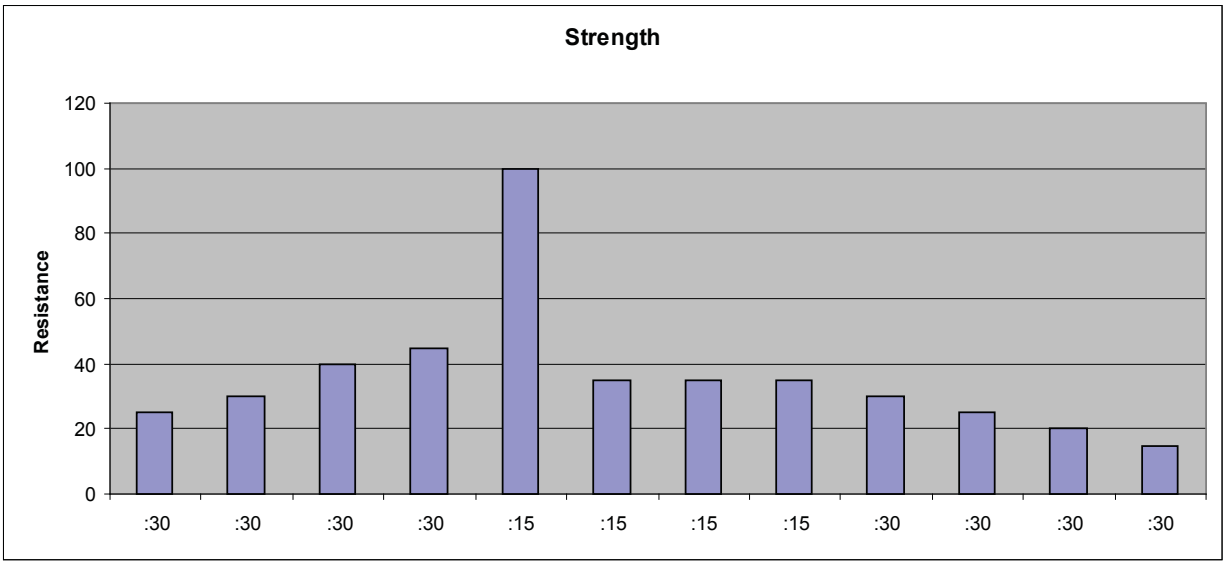
Figure 6

P7 Strength

The Strength program is designed with the specific goal of raising the users' lactic acid threshold. The program uses a 1:3 work to rest ratio with fifteen-second intervals for maximum power development and forty-five second rest periods for recuperation. See table and Figure 7.

Strength

Time		:30	:30	:30	:30	:15	:15	:15	:15	:30	:30	:30	:30
		Warm Up				Program Segments				Cool Down			
Resistance		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
	10	25	30	40	45	100	35	35	35	30	25	20	15
	9	25	30	35	40	95	35	35	35	30	25	20	15
	8	25	30	35	40	90	35	35	35	30	25	20	15
	7	25	30	35	40	85	30	30	30	25	20	20	15
	6	20	25	30	35	80	30	30	30	25	20	20	15
	5	20	25	30	35	75	30	30	30	25	20	15	10
	4	20	25	30	35	70	25	25	25	20	20	0	0
	3	20	20	25	30	65	25	25	25	20	20	0	0
	2	15	20	25	30	60	20	20	20	15	0	10	5
	1	15	15	20	25	55	20	20	20	15	0	10	5
		Warm Up				Program Segments				Cool Down			
Elevation		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
	10	10	12	16	18	20	20	20	20	18	16	12	10
	9	10	12	16	18	20	20	20	20	18	16	12	10
	8	10	12	14	16	18	18	18	18	16	14	12	10
	7	10	12	14	16	18	18	18	18	16	14	12	10
	6	10	12	14	16	18	18	18	18	16	14	12	10
	5	8	10	12	14	16	16	16	16	14	12	10	8
	4	8	10	12	14	16	16	16	16	14	12	10	8
	3	8	10	12	14	16	16	16	16	14	12	10	8
	2	6	8	10	12	14	14	14	14	12	10	8	6
	1	6	8	10	12	14	14	14	14	12	10	8	6


Strength
Resistance
120
100
80
60
40
20
0
:30
:30
:30
:30
:15
:15
:15
:15
:30
:30
:30
:30

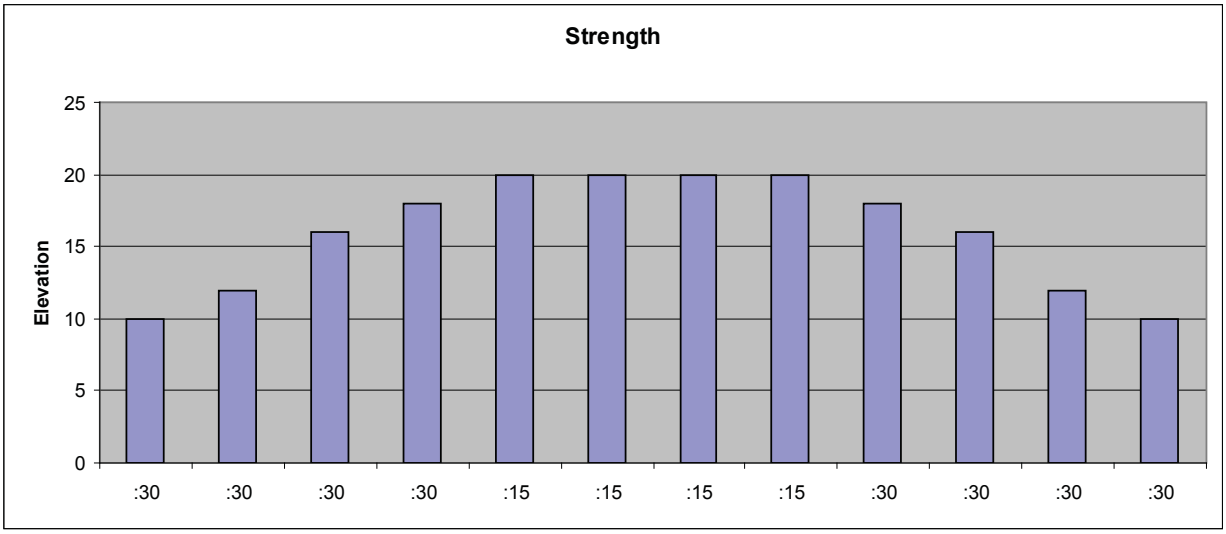

Strength
Elevation
25
20
15
10
5
0
:30
:30
:30
:30
:15
:15
:15
:15
:30
:30
:30
:30

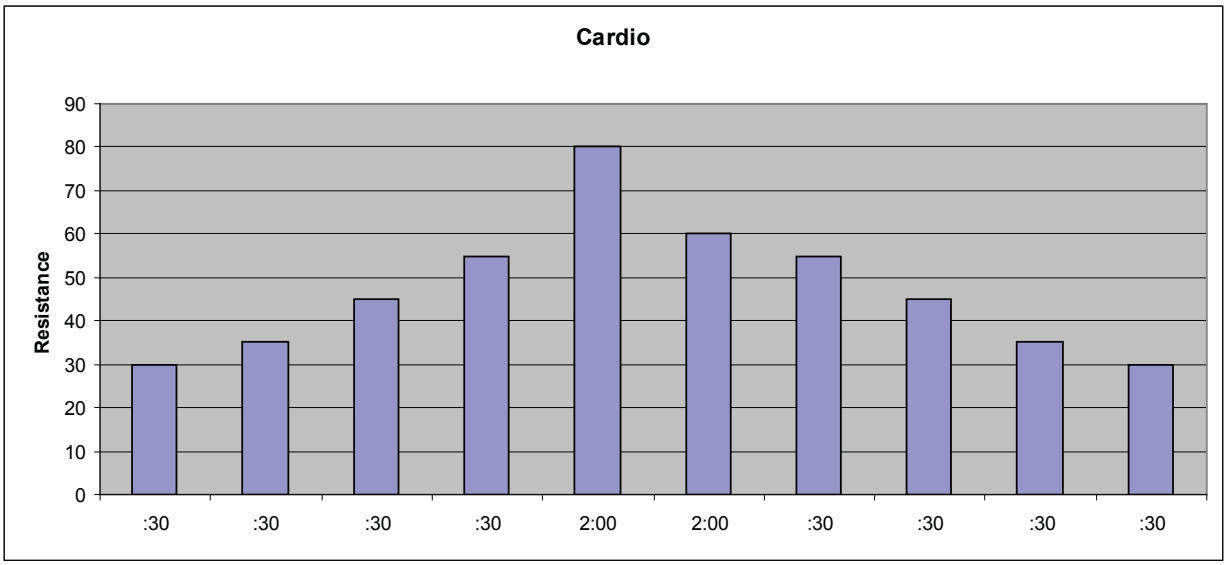
Figure 7

P8 Cardio

The Cardio program is designed to maintain a high total demand with two-minutes with high resistance and low elevation and two minutes at medium resistance with higher elevation for a total four-minute core program. The prolonged exertion period takes advantage of the long term energy stores and total aerobic capability when associated with speeds that require a high sustained cardiovascular demand. See table and Figure 8.

Cardio

Time	:30	:30	:30	:30	2:00	2:00	:30	:30	:30	:30
	Warm Up				Program Segments		Cool Down			
Resistance	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4
10	30	35	45	55	80	60	55	45	35	30
9	25	35	45	55	75	55	55	45	35	25
8	25	30	40	45	70	50	45	40	30	25
7	20	25	35	40	65	45	40	35	25	20
6	15	20	30	35	60	40	35	30	20	15
5	15	20	25	30	55	35	30	25	20	15
4	10	15	20	25	50	30	25	20	15	10
3	5	10	15	20	45	30	20	15	10	5
2	0	5	10	15	40	25	15	10	5	0
1	0	0	5	10	35	20	10	5	0	0
	Warm Up				Program Segments		Cool Down			
Elevation	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4
10	6	8	10	12	10	16	12	10	8	6
9	6	6	8	10	10	16	10	8	6	6
8	6	6	8	8	10	14	8	8	6	6
7	6	6	8	8	8	14	8	8	6	6
6	6	6	6	8	8	12	8	6	6	6
5	6	6	6	6	8	12	6	6	6	6
4	4	4	4	6	6	10	6	4	4	4
3	4	4	4	6	6	10	6	4	4	4
2	4	4	4	4	4	8	4	4	4	4
1	4	4	4	4	4	8	4	4	4	4


Cardio
Resistance
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
:30
:30
:30
:30
2:00
2:00
:30
:30
:30
:30

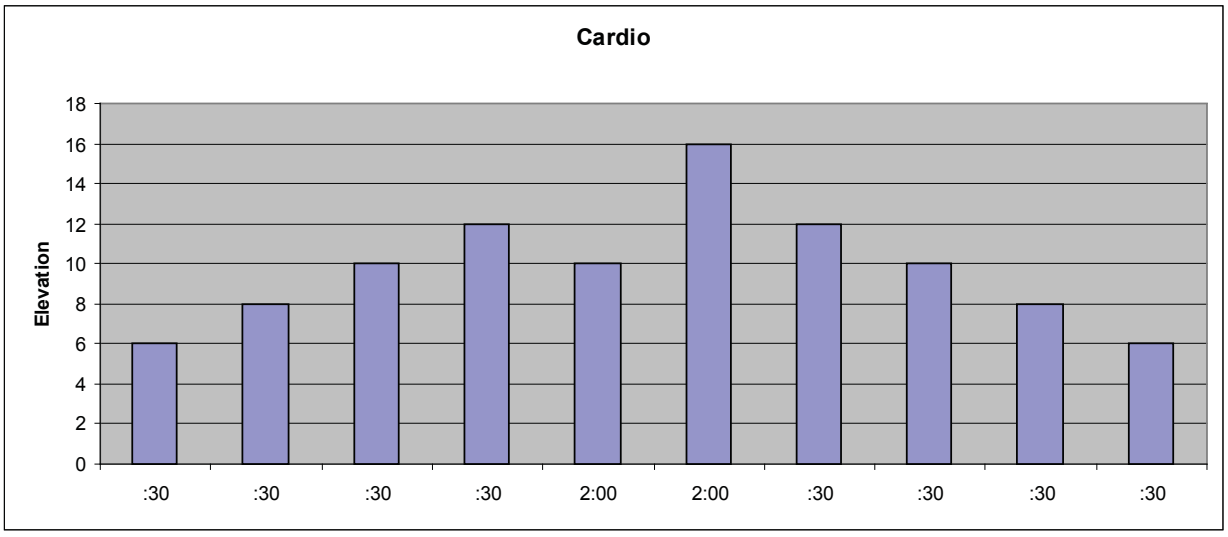

Cardio
Elevation
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0
:30
:30
:30
:30
2:00
2:00
:30
:30
:30
:30

Figure 8

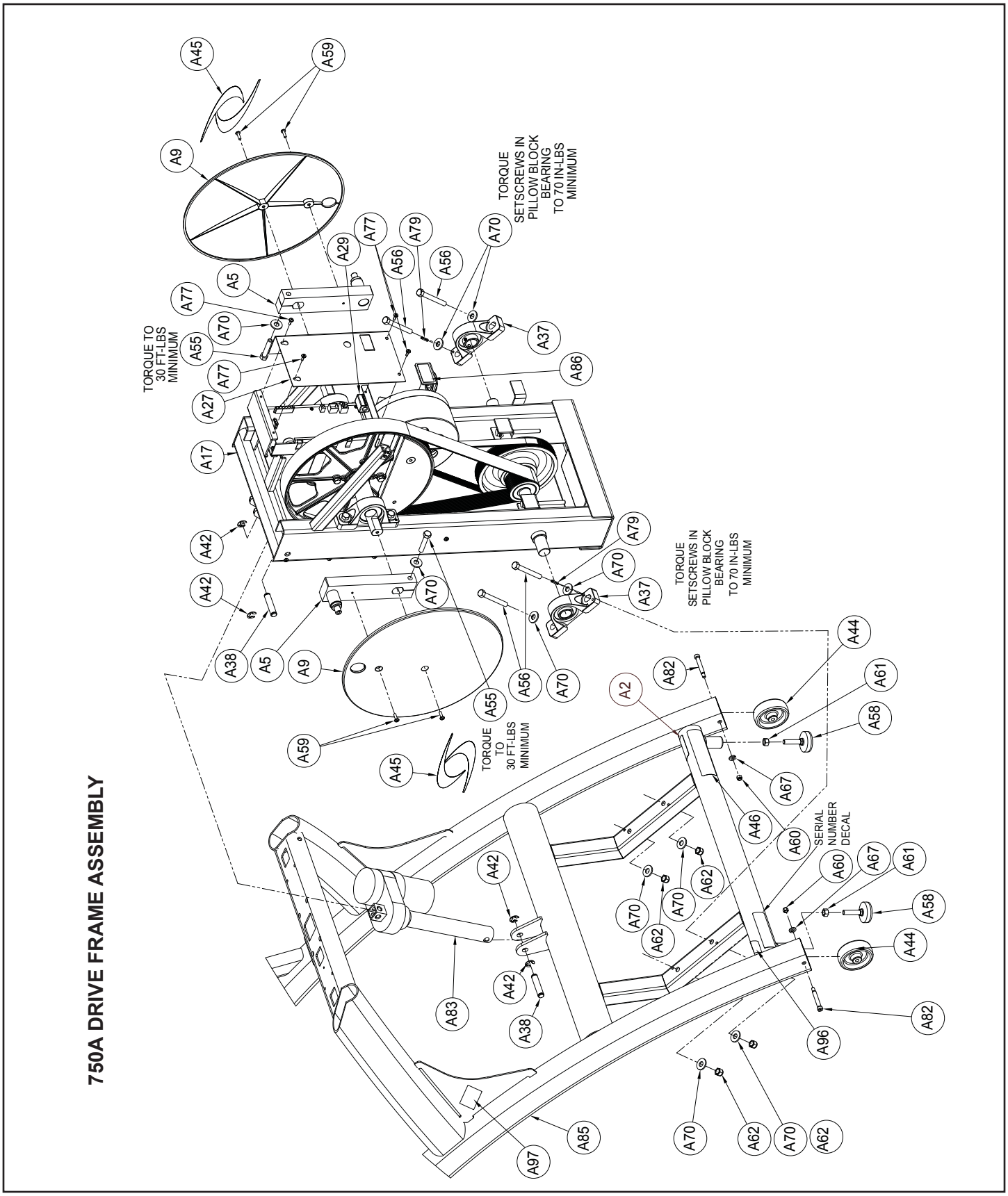
Appendix C – 750A/750AT Parts List

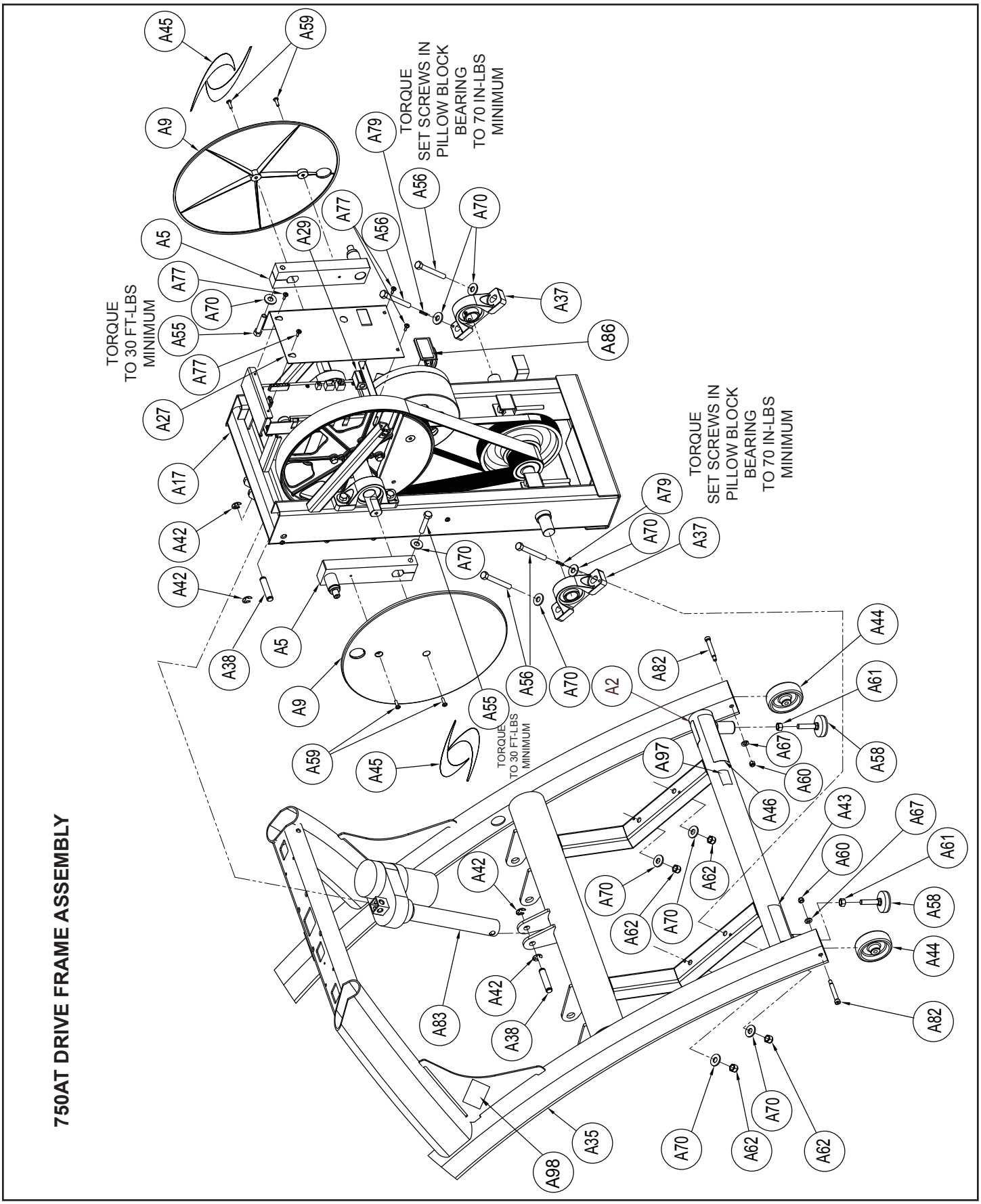
ITEM	QTY	PART NO.	DESCRIPTION
A1	6	600A-311	SPACER, FLANGE
A2	1	600A-362	LABEL, BIOSIG PATENT
A3	2	610A-351	PIVOT PIN
A4	2	610A-358	INSERT, PLASTIC 1.188 OD X .281 ID
A5	2	610A-395	ASSY, ARM CRANK
A6	1	740A-350	COVER, LEFT HAND
A7	1	740A-351	COVER, RIGHT HAND
A8	1	740A-352	COVER, FRONT ACCESS
A9	2	740A-353	COVER, CRANK
A10	1	740A-354	COVER, ELEVATION MOTOR
A11	1	740A-370	TRAY, MAIN
A12	1	740A-371	TRAY, INSERT
A13	1	740A-372	COVER, PIVOT, TOP LH
A14	1	740A-373	COVER, PIVOT, TOP RH
A15	1	740A-374	COVER, PIVOT, BOTTOM LH
A16	1	740A-375	COVER, PIVOT, BOTTOM RH
A17	1	750A-101	DRIVE FRAME ASSEMBLY
A18	1	750A-115	LINKAGE ASSY, LH
A19	1	750A-116	LINKAGE ASSY, RH
A20	2	750A-201	W/ LEG
A21	1	750A-204	W FOOT PLATE ARM, LR
A22	1	750A-205	W FOOT PLATE ARM, RR
A23	2	750A-312	TUBE, SPACER
A24	2	750A-325	TUBE, SPACER
A25	1	750A-329-X*	DECAL, WARNING & ERROR CODE
A26	1	750A-349	DECAL LOGO, ARC
A27	1	750A-365	COVER, CONTROLLER
A28	1	750A-390	TAB, PC MOUNT
A29	1	750A-396	FERRITE CLAMP-ON .40 ID
A30	1	750AT-112	FOOT PLATE ARM ASSY, LH
A31	1	750AT-113	FOOT PLATE ARM ASSY, RH
A32	2	750AT-114	HANDLE LINKAGE ASSY
A33	1	750AT-117	HANDLE ASSY, LH - 750AT
A34	1	750AT-118	HANDLE ASSY, RH - 750AT
A35	1	750AT-200	W/ MAIN FRAME - 750AT
A36	1	750AT-213	CONSOLE MOUNT, 750AT
A37	2	AF-16694	ASSY, BEARING, 1.00 INCH PILLOW BLOCK
A38	2	AP030055	PIN, HEADLESS GROOVED Ø.500 X 2.00
A39	1	AW-20935	CABLE, 750A, CONSOLE HARDNESS
A40	1	AW-21748	CABLE, 750A CHR FRAME
A41	1	AW-21750	CABLE, 750A SALUTRON GND
A42	4	BR030228	RETAINING RING, .500 EXTERNAL
A43	2	750A-418	RUBBER SLEEVE
A44	2	CW-17231	WHEEL, TENSIONER
A45	2	DE-17339	DECAL, CYBEX VORTEX
A46	1	DE-21625	LABEL, ETL CSA CE, 750A
A47	1	EC-21743	SENSOR SALUTRON COMBO BOARD
A48	4	FB030256	BEARING, BALL, 1.181 Ø, DOUBLE ROW
A49	4	FC030003	TOLERANCE RING
A50	4	FC030011	TOLERANCE RING
A51	8	HB-17036	BEARING, BALL, .750 DIAMETER
A52	4	HB-17280	BEARING ROLLER 3"
A53	4	HC700415	BHSCS .375-16 X .75
A54	4	HC700428	BHSCS .375-16 X 2.25
A55	10	HC701226	BOLT, HHCS .375-16 x 2.0
A56	4	HC701234	SCREW, HHCS .375-16 x 3.00
A57	2	HF540200	GROMMET, NYLON
A58	2	HG700022	LEVELING GLIDE, .375-16
A59	4	HM582514	SCREW, PAN HEAD PHILPIPS 10-32 x .62 BLK
A60	2	HN624901	LOCKNUT, .250-20 NYLON BLK ZN
A61	2	HN704000	HEX NUT .375-16
A62	8	HN704901	LOCKNUT, .375-16 NYLON
A63	8	HN704902	LOCKNUT, .375-16 NYLON
A64	6	HS307601	WASHER, FLAT .281 ID X .500 OD X .062
A65	4	HS307602	WASHER FLAT .281 ID X 1.000 OD. X .063
A66	2	HS307603	WASHER, FLAT .281 ID X .734 OD X .063
A67	2	HS328300	LOCKWASHER SPLIT .312
A68	4	HS347600	WASHER, SAE .375
A69	4	HS347602	WASHER, FLAT .390 ID x 1.500 OD x .124
A70	10	HS347700	WASHER, USS .375
A71	4	750A-446	WASHER, .765 ID x 1.000 OD x .125
A72	2	HT102214	PHIL, HEX, WASHER HD, TYPE 23, 10-24
A73	8	HT512522	TAP SC 10-24 X 1.50 TYPE WB PN
A74	8	HT552511	SCREW, TAP 8-16 x .38 PLASTITE BLACK
A75	10	HT552512	PAN HD PHIL HD SELF TAPPING, 8-16 x .50 TYPE WB
A76	9	HT552515	TAP SC NO. 8-16 X .75 PLASTITE PN HD PHIL BLK
A77	13	HT572512	TAP SC NO. 10-24 X .50 PN HD PHIL
A78	4	HT592526	TAP SC 10-12 X 2.00 TYPE A PN HD PHIL
A79	2	HX-17023	PIN, SPRING .1875 x .75 LG, TYPE 420
A80	12	HX622815	SHCS .250-20 UNC-3A SS
A81	4	HX700415	BHSCS .375-16 X .75 SS
A82	2	JD623324	BOLT, SHOULDER .312 x 1.75 .250-20
A83	1	MR-18446	MOTOR, ELEVATION, 115 V
A84	6	PL-16535	CAP, LINKAGE ROD, 2.00 OD
A85	1	750A-200	W/MAIN FRAME - 750A
A86	1	DE-17155-X*	DECAL, WARNING
A87	1	750A-121	CONSOLE
A88	1	750A-330-X*	DECAL,WARNING
A89	2	740A-378	FOOT PLATE
A90	2	740A-381	TOE CAP
A91	4	HX700412	BHSCS .375-16 X .50SS
A92	1	750A-403	WASHER, SADDLE, .390 ID X .750 OD X .06
A93	1	HX700428	BHSCS .375-16 X 2.25 SS
A94	1	750A-124	HANDLE ASSY - 750A
A95	1	750A-213	CONSOLE MOUNT, 750A
A96	1	750A-372-X*	DECAL, WARNING
A97	1	DE-17219-X*	DECAL, WARNING
A98	1	CP-21072	MONITOR CYBEX 13.3" LCD, ATSC-NTSC DIGITAL PEM
A99	1	CP-21073	MONITOR CYBEX 13.3" LCD, PAL-DVB-SECAM DIGITAL PEM
A100	1	TR-21265	AC POWER ADAPTOR (POWER CORD VARIES)
A101	1	750A-404	CABLE 750A CHR GRIP
NS	1	TR-18448	POWER, PEM
NS	1	5750-X*	OWNERS MANUAL
NS	1	750A-402	750A ASSEMBLY POSTER
NS	1	750A-391	COMMERCIAL ARC WARRANTY SHEET
NS	1	750A-392	CONSUMER ARC WARRANTY SHEET
NS	1	750A-393	750AT ASSEMBLY POSTER

NS=Not Shown

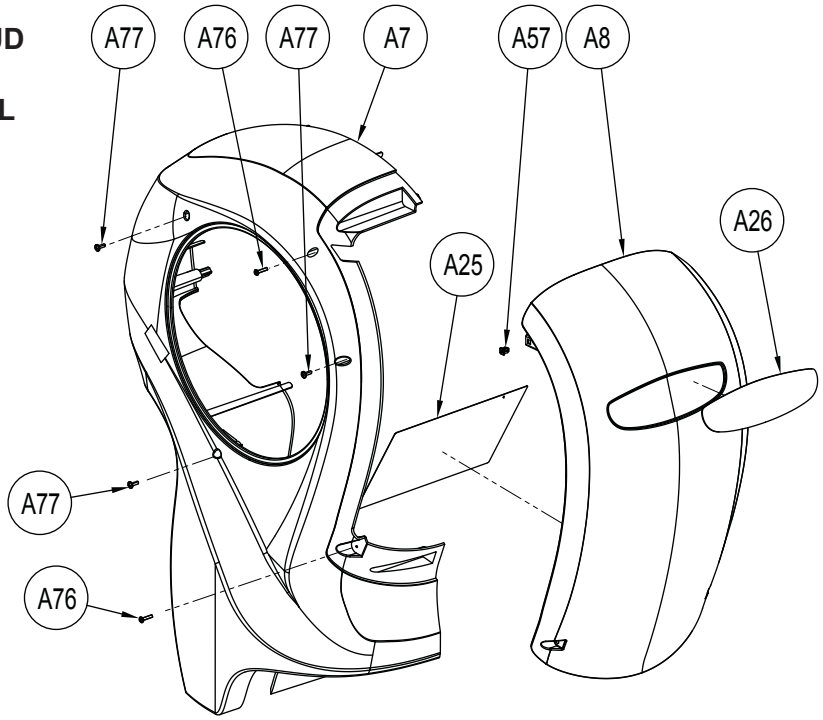
*Language Key
1-German 2-French 3-Spanish 4-English 6-Japanese 7-Swedish 8-Russian

Appendix D – 750A/750AT Exploded Views

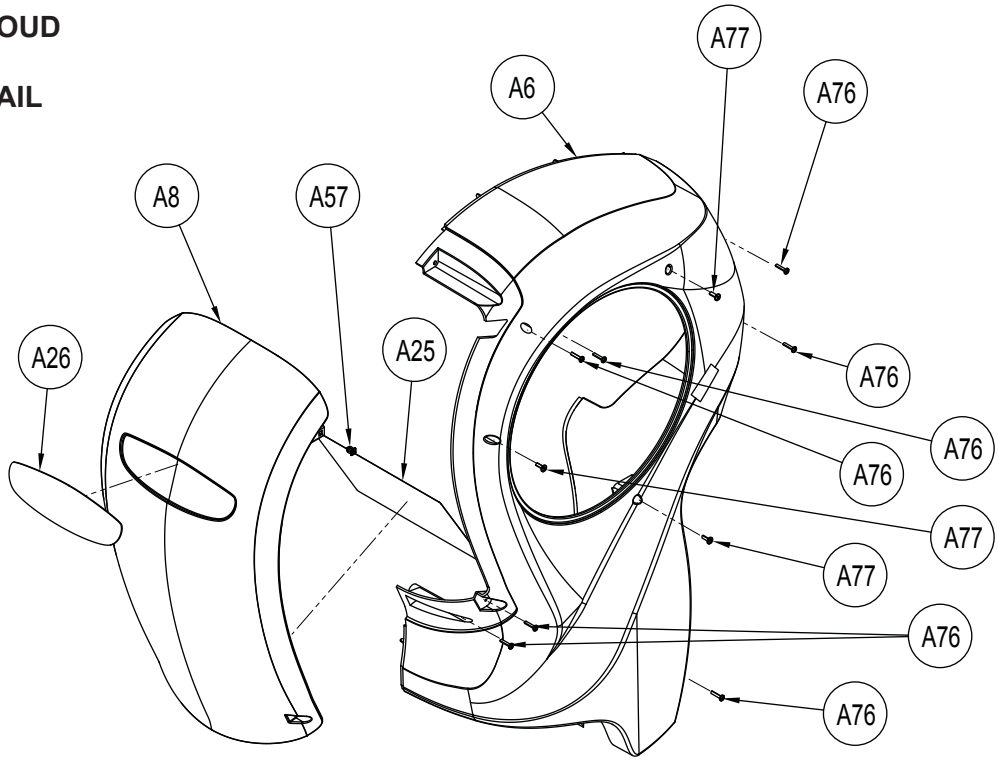

750A DRIVE FRAME ASSEMBLY
TORQUE TO 30 FT-LBS MINIMUM
TORQUE SETSCREWS IN PILLOW BLOCK BEARING TO 70 IN-LBS MINIMUM
SERIAL NUMBER DECAL

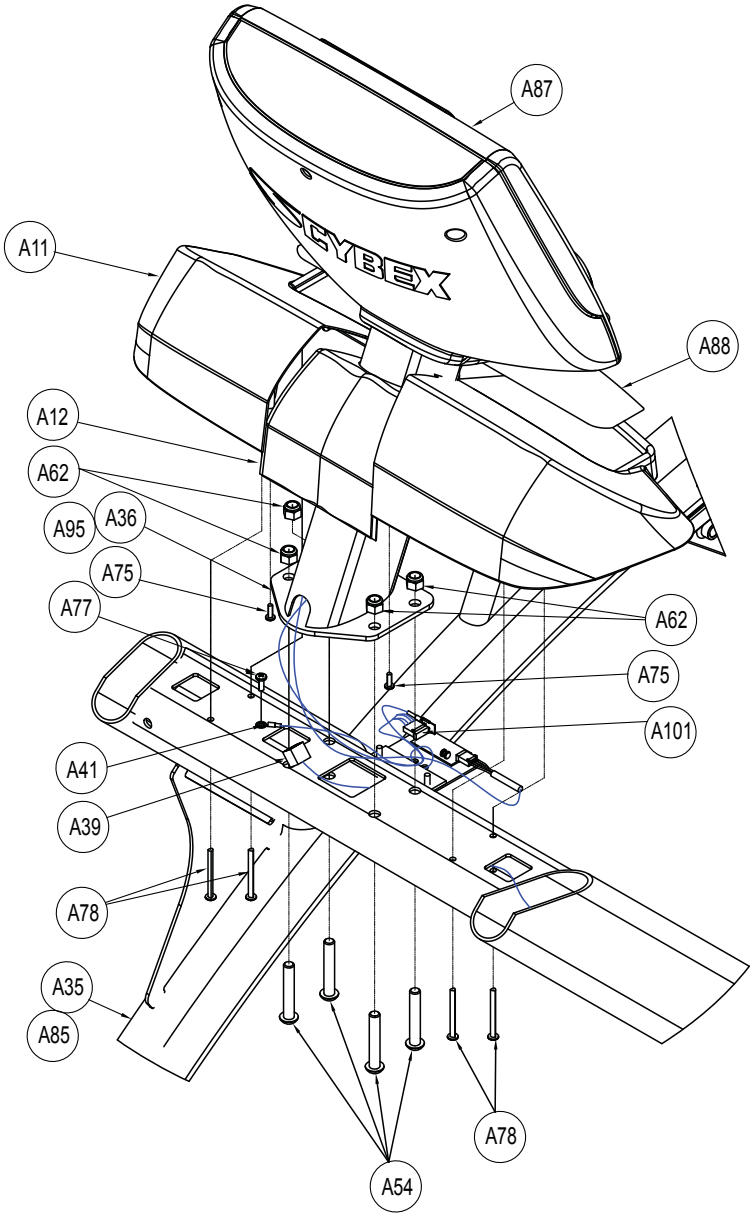

750AT DRIVE FRAME ASSEMBLY
TORQUE
TO 30 FT-LBS
MINIMUM
TORQUE
SET SCREWS IN
PILLOW BLOCK
BEARING
TO 70 IN-LBS
MINIMUM
TORQUE
TO 30 FT-LBS
MINIMUM
TORQUE
SET SCREWS IN
PILLOW BLOCK
BEARING
TO 70 IN-LBS
MINIMUM
A2
A5
A9
A17
A27
A29
A35
A37
A38
A42
A43
A44
A45
A46
A55
A56
A58
A59
A60
A61
A62
A67
A70
A77
A79
A82
A83
A86
A97
A98

750A/750AT SHROUD ASSEMBLY RIGHT SIDE DETAIL

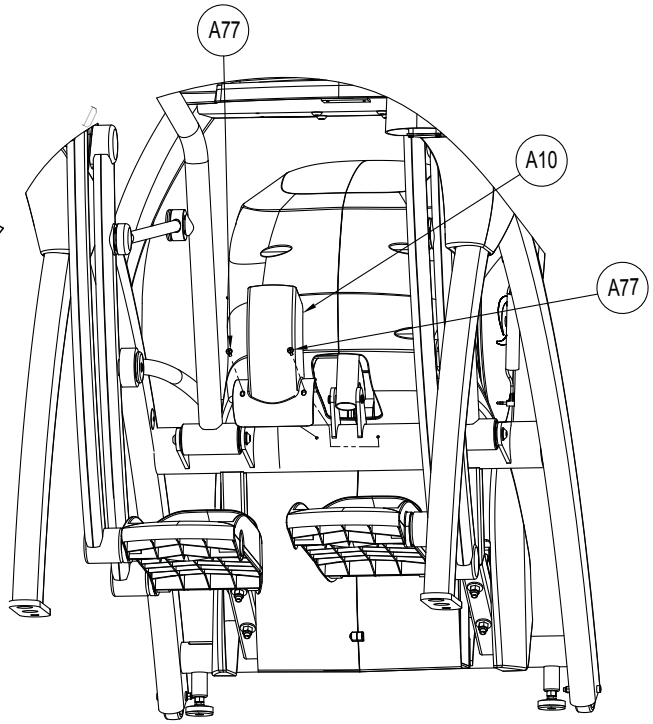


750A/750AT SHROUD ASSEMBLY LEFT SIDE DETAIL



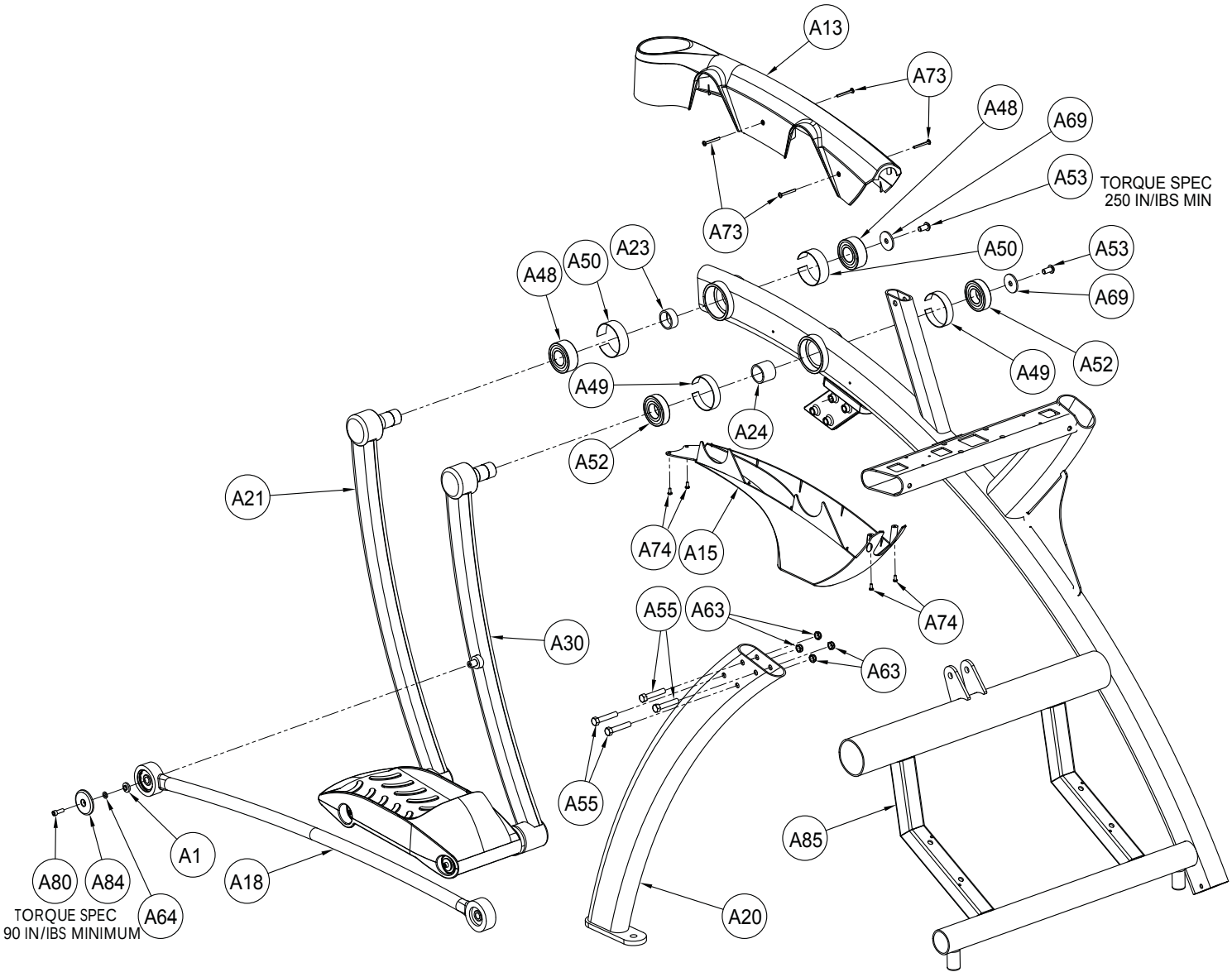


750A/750AT COVER ASSEMBLY DETAIL

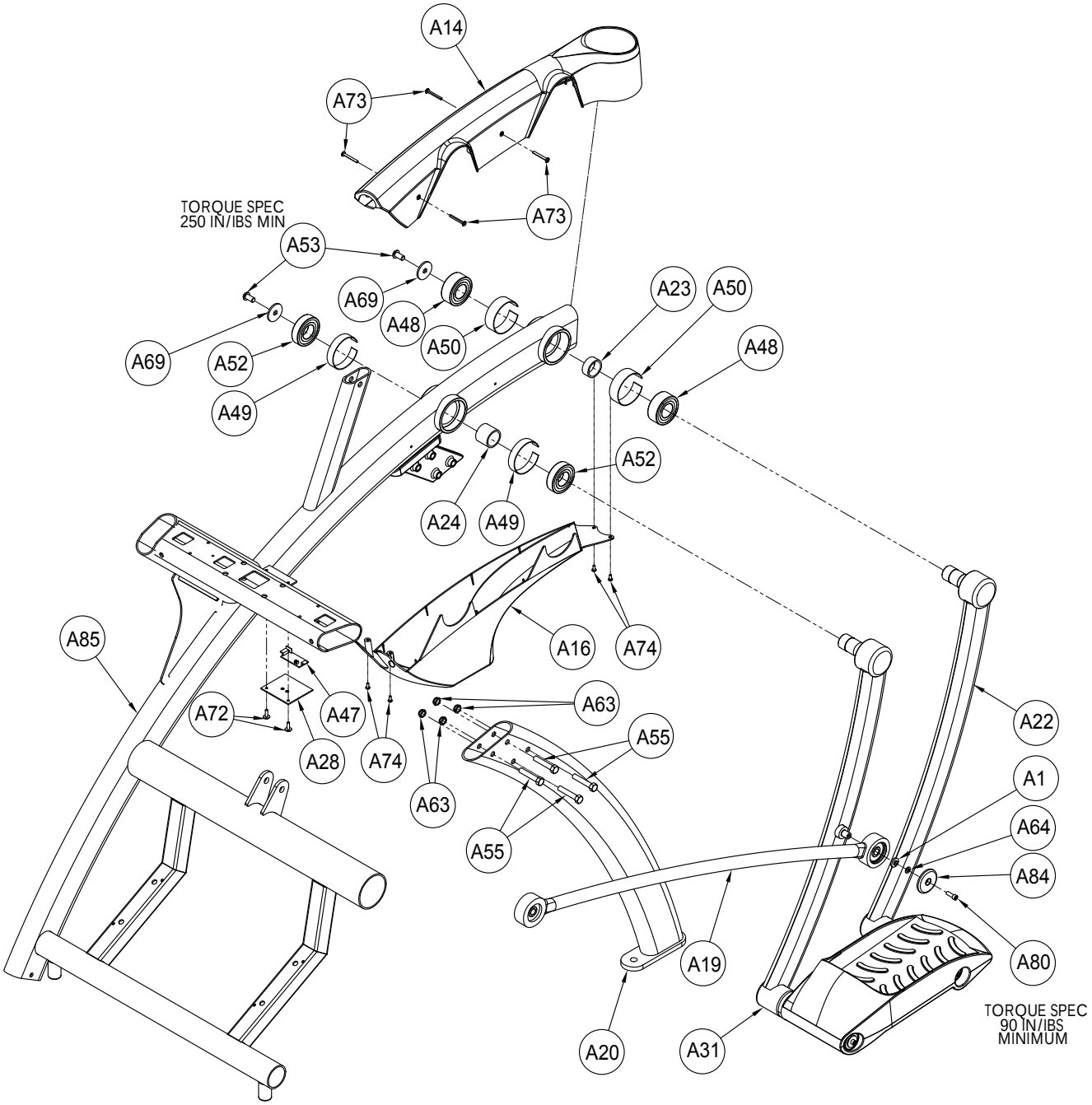


750A/750AT MOTOR ACCESS COVER ASSEMBLY DETAIL

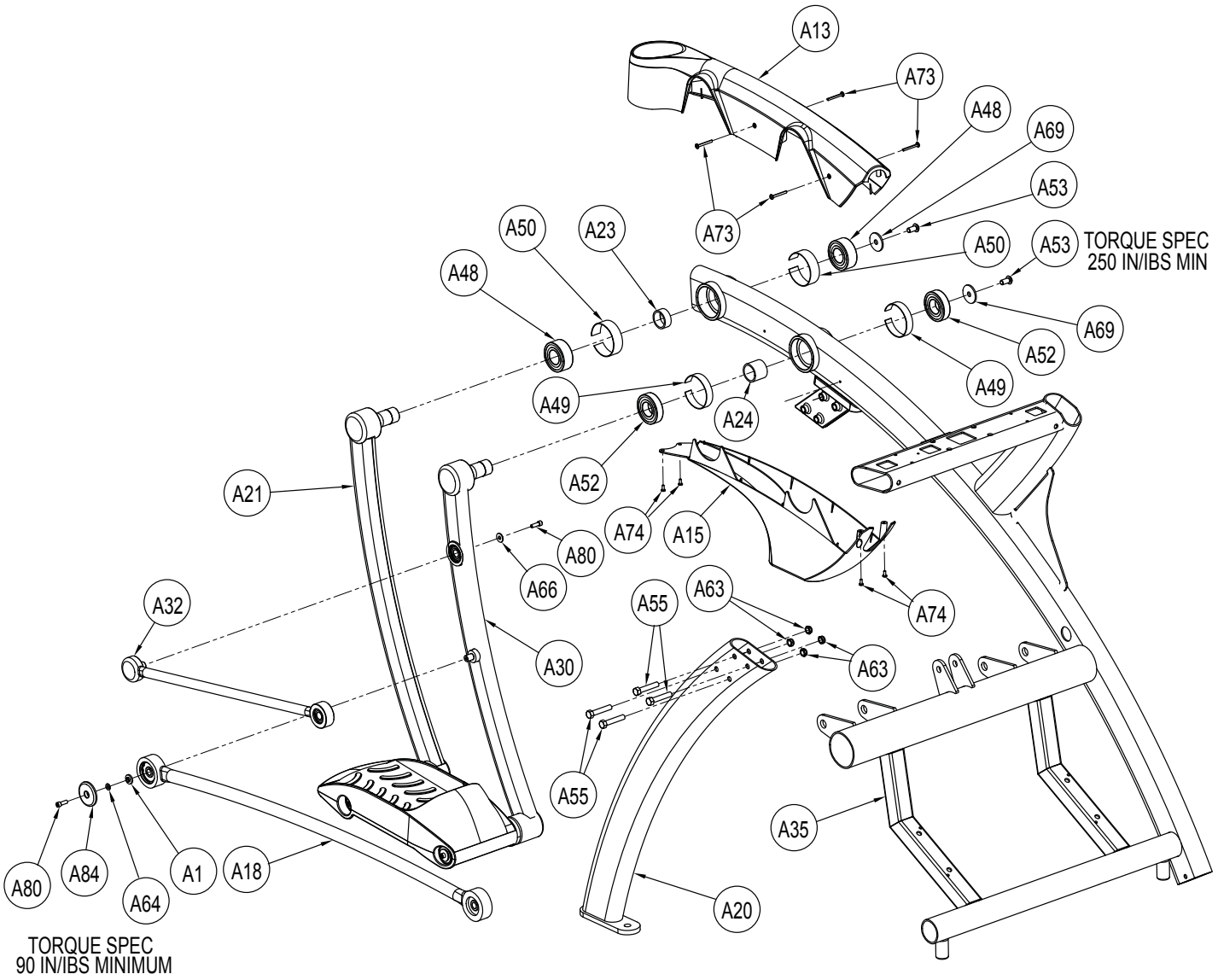
750A LEFT SIDE ARM ASSEMBLY DETAIL



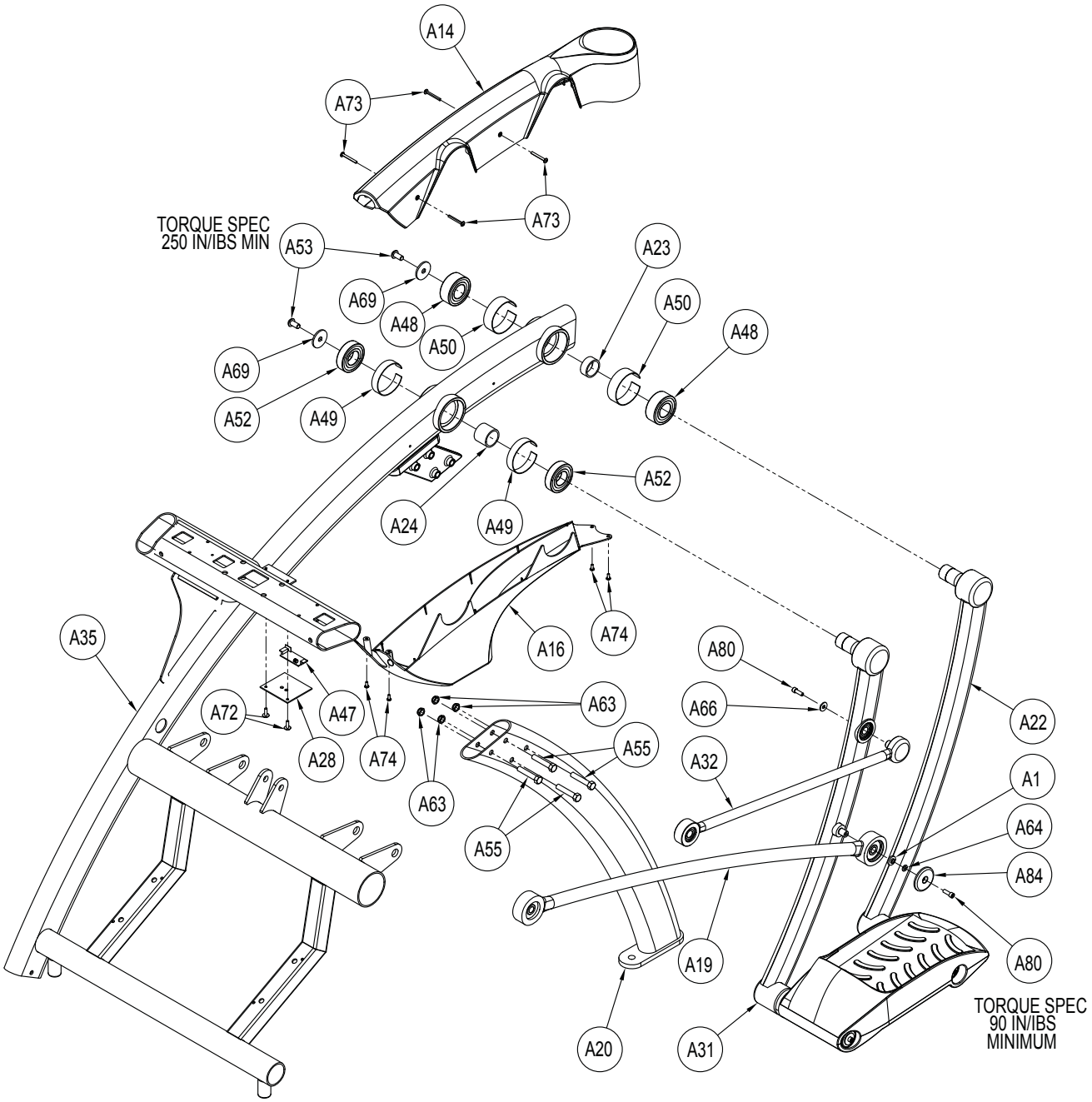
750A RIGHT SIDE ARM ASSEMBLY DETAIL



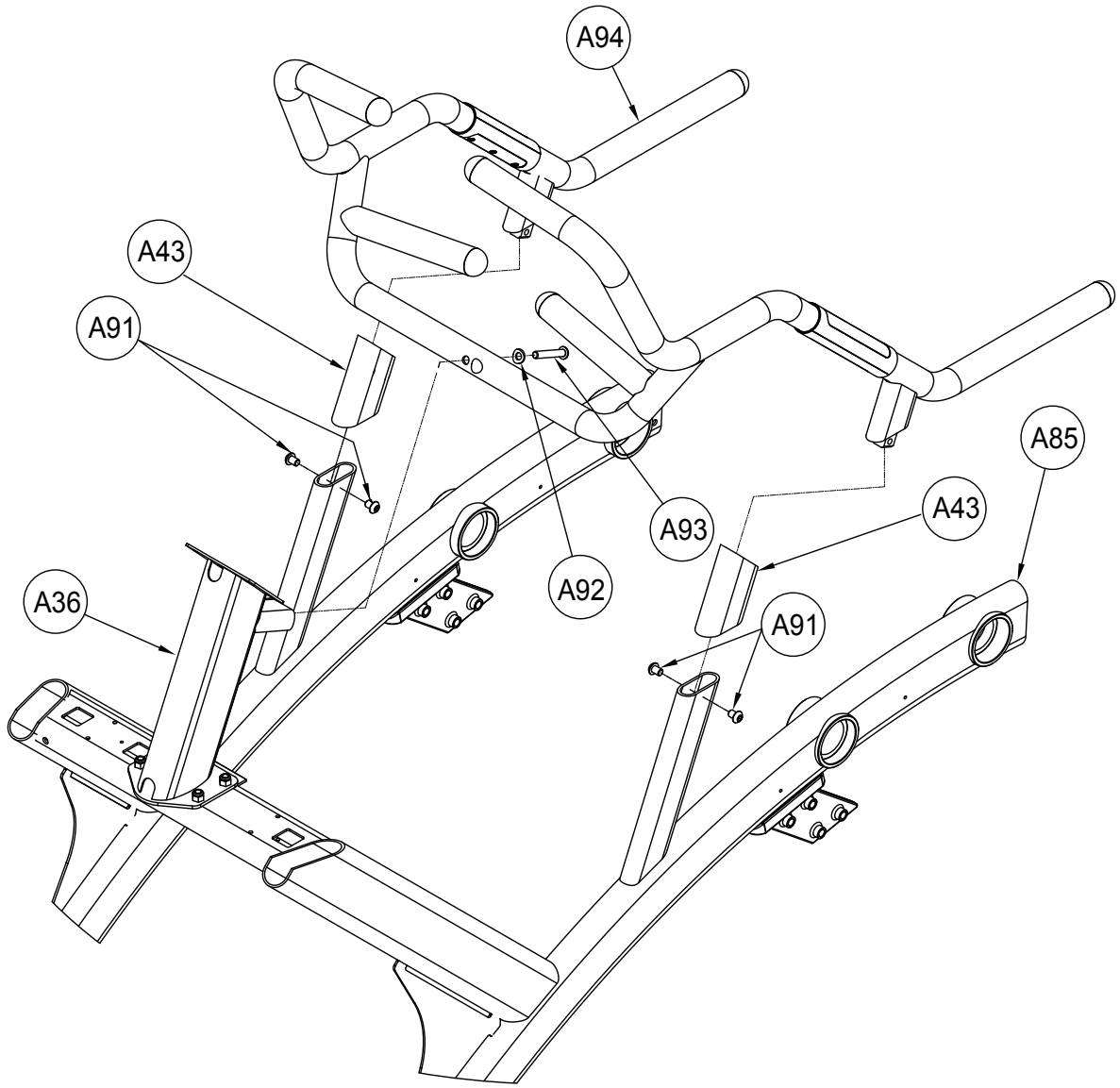
750AT LEFT SIDE ARM ASSEMBLY DETAIL



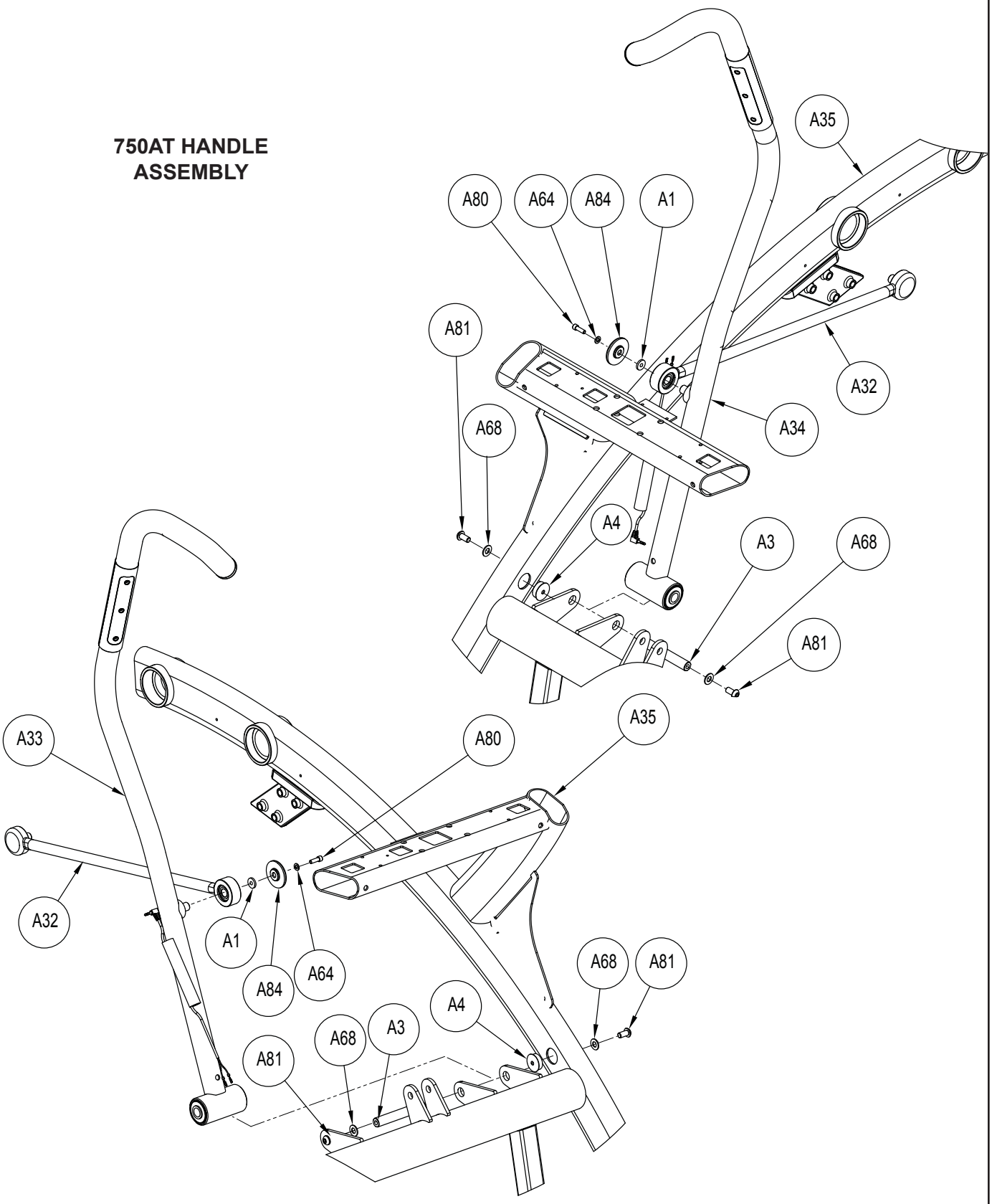
750AT RIGHT SIDE ARM ASSEMBLY DETAIL



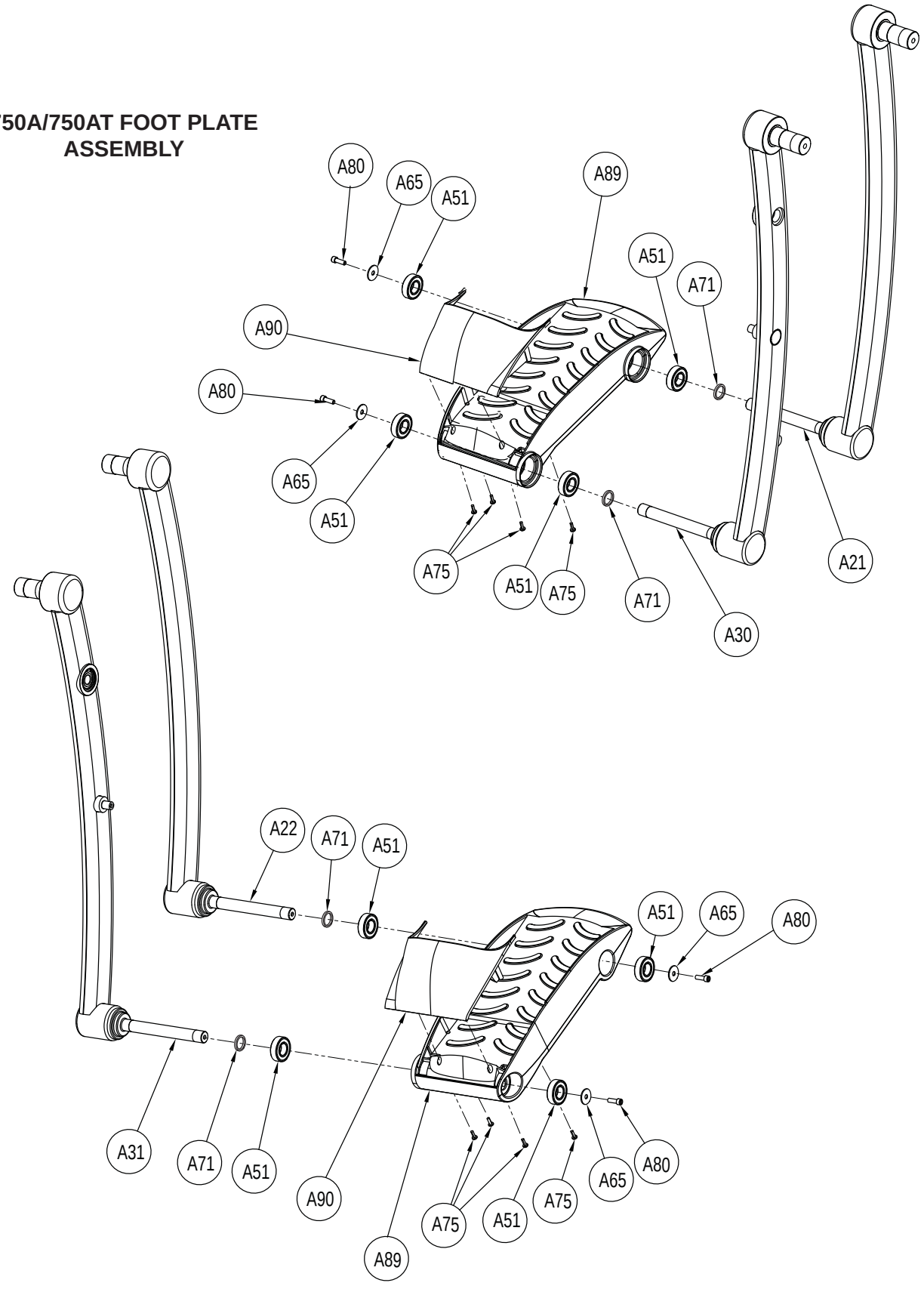
750A HANDLE ASSEMBLY



750AT HANDLE ASSEMBLY



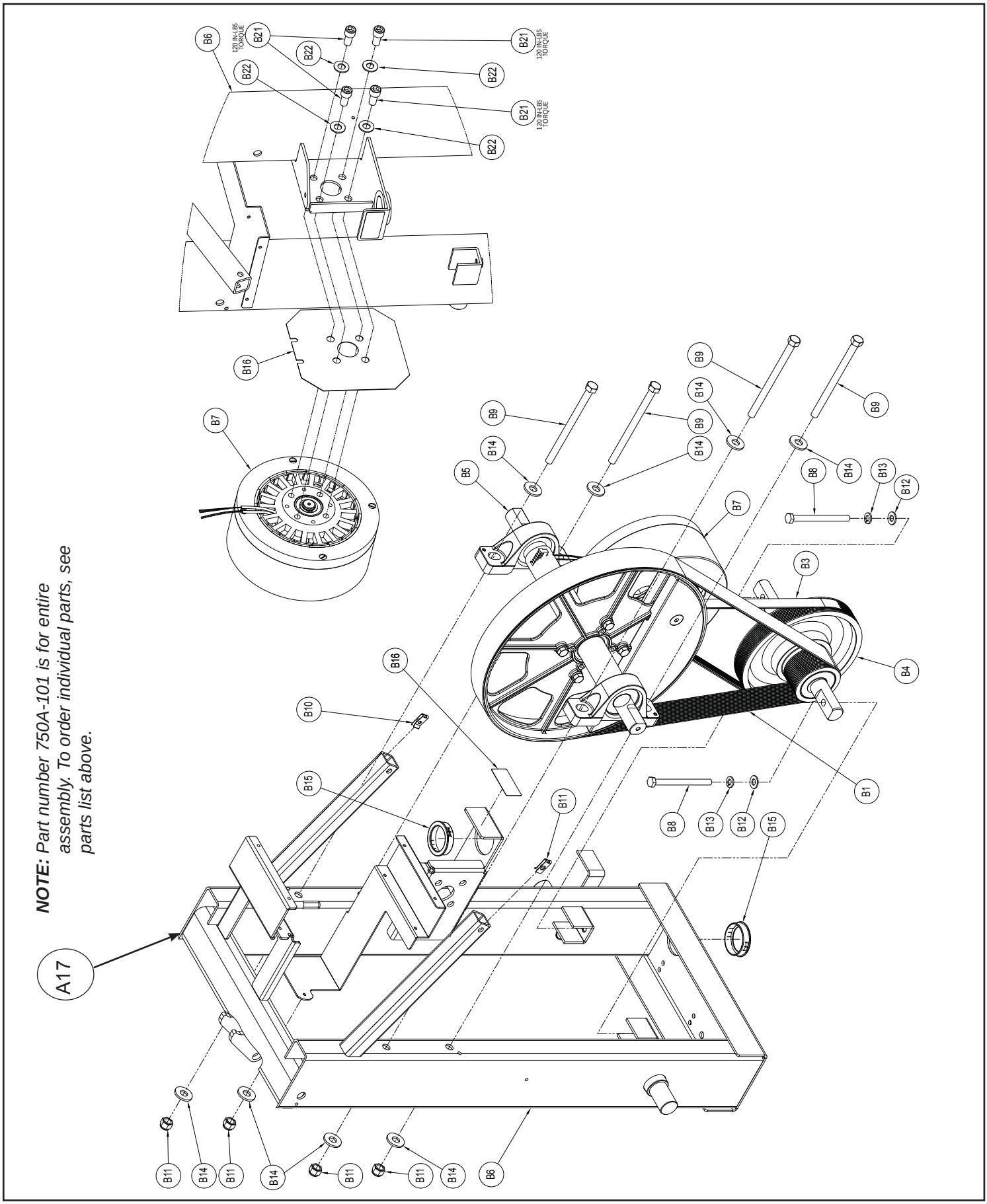
750A/750AT FOOT PLATE ASSEMBLY



Drive Frame Assembly – Part Number 750A-101

ITEM NO.	QTY.	PART NUMBER	DESCRIPTION
B1	1	600A-343	BELT, PRIMARY DRIVE
NS	1	630A-314	CLAMP, BATTERY
B3	1	630A-328	BELT, SECONDARY DRIVE, 7 RIB
B4	1	750A-110	DOUBLE PULLEY ASSY
B5	1	750A-111	SINGLE PULLEY ASSY
B6	1	750A-212	WELDMENT, FRAME, FRONT
B7	1	AX-19550	ASSEMBLY, ECB/GEN
B8	2	HC661240	SCREW, HEX HEAD CAP .312-18 x 3.75
B9	4	HC701254	HX HD CAP SCREW .375-16 X 5.50
B10	2	HF579000	PANEL FASTNER, 10-24 U TYPE
B11	4	HN704901	LOCKNUT, .375-16 NYLON
B12	2	HS327600	WASHER, SAE .312
B13	2	HS328300	LOCKWASHER SPLIT .312
B14	8	HS347700	WASHER, USS .375
B15	2	HX-17050	BUSHING, 1.275 ID x 1.87 OD, NYLON
A86	1	DE-17155-X*	DECAL, WARNING
B16	1	750A-364	SPACER, GEN WINDING
NS	1	AD-20827	PCA, CONTROL BOARD, EDDY CURRENT
NS	1	AW-18447	CABLE, SPA BATTERY
NS	1	DE-19586	LABEL, WARNING ICON
NS	1	EC-18267	BATTERY, 12 V 7AHR
B21	4	HC702815	SHCS .375-16 X .750
B22	4	HS347600	WASHER, SAE .375
A77	5	HT572512	TAP SC NO. 10-24 X .50 PN HD PHIL

NS = Not Shown



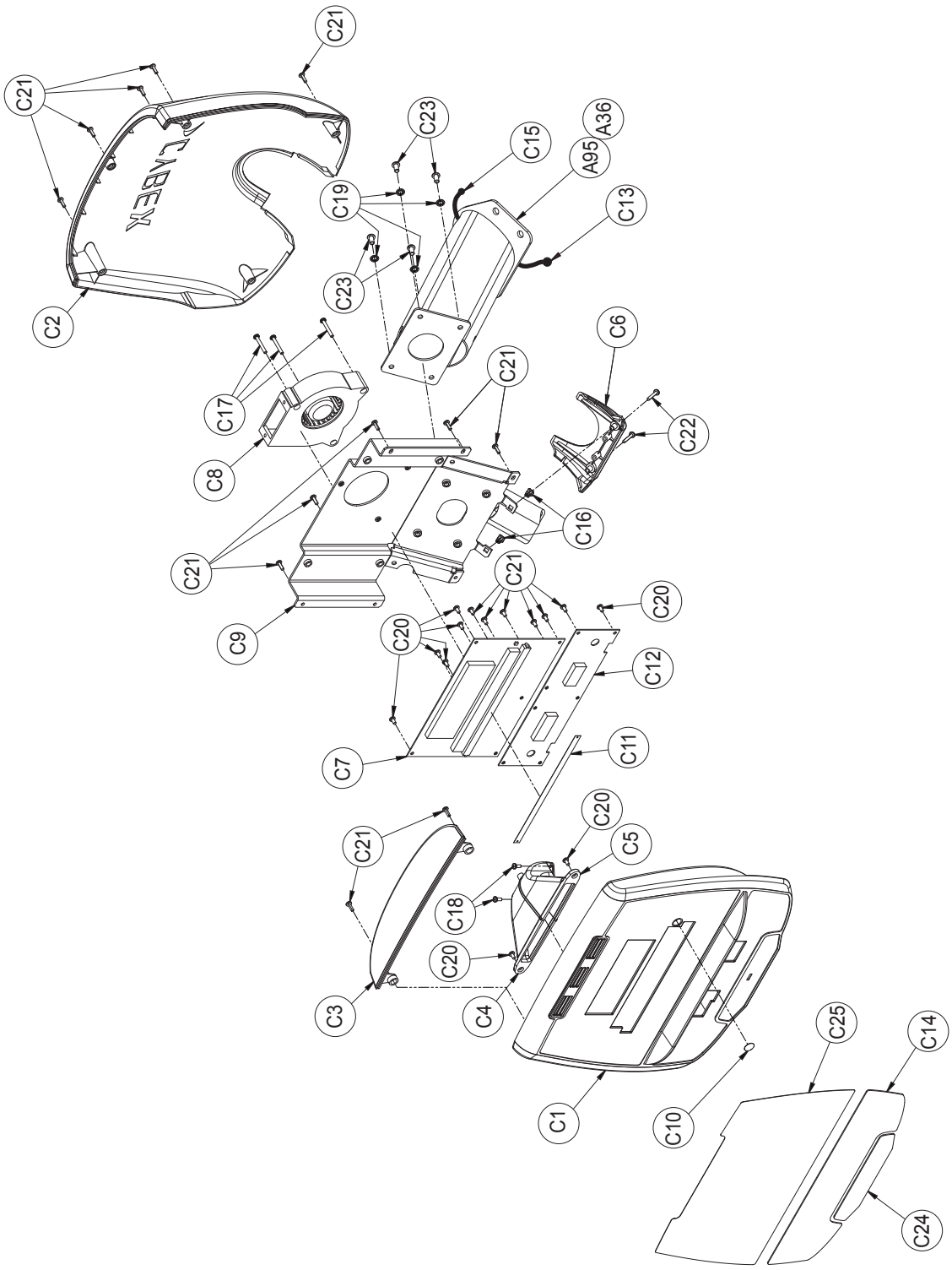
NOTE: *Part number 750A-101 is for entire assembly. To order individual parts, see parts list above.*

Console Assembly – Part Number 750A-121

ITEM NO.	QTY.	PART NUMBER	DESCRIPTION
C1	1	740A-384	CONSOLE, FRONT
C2	1	740A-385	CONSOLE, BACK
C3	1	740A-386	CONSOLE, TOP
C4	1	740A-389	DUCT, FAN RIGHT
C5	1	740A-390	DUCT, FAN LEFT
C6	1	740A-391	COVER, LOWER CONSOLE, NON-AV
C7	1	750A-102	PCA, SPLIT DISPLAY UPPER
C8	1	750A-105	FAN,12VDC,120X120MM,CFM30
C9	1	750A-357	CONSOLE INNER PLATE
C10	1	750A-387	DIFFUSER, .60 OD DISC
C11	1	DE-21240-X*	ENUNCIATOR
C12	1	AD-21194	PCA, 750A DISPLAY
C13	1	AW-20934	CABLE, 750A CONSOLE
C14	1	SW-20928-X*	OVERLAY
C15	1	AW-21747	CABLE, 750A
C16	2	HF540200	GROMMET, NYLON
C17	3	HJ542520	SCREW, SEMS, 8-32 X 1.25 PNHD PHIL EXT ZN
C18	2	HJ692560	SCREW, SEMS, M4 X 0.7 X 10mm PNHD PHIL EXT ZN
C19	4	HS307400	LOCKWASHER INT TOOTH .250 SS
C20	14	HT552509	SCREW, TAP 8-16 x .31 PLASTITE
C21	13	HT552512	PAN HD PHIL HD SELF TAPPING, 8-16 x .50 TYPE WB
C22	2	HT552517	TAP SC NO. 8-16 X 1.00 TYPE WB PNHD PHIL BLK
C23	4	JC620412	BHSCS .250-20 X .50
C24	1	DE-21691	DECAL 750A
C24	1	DE-21692	DECAL 750AT
C25	1	DE-20929-X*	UPPER KEYBOARD
NS	1	750A-396	FERRITE CLAMP-ON .40 ID

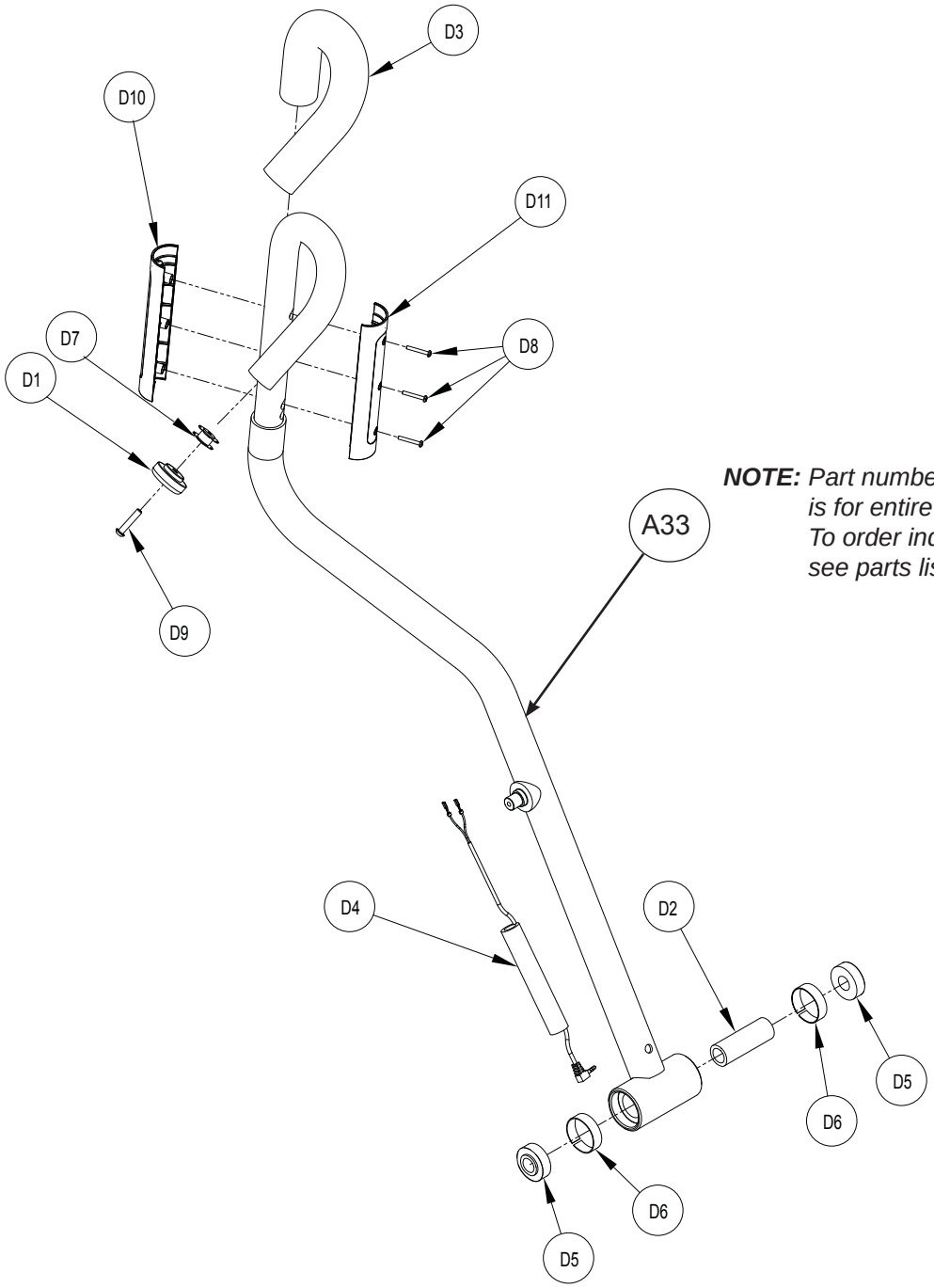
NS = Not Shown

NOTE: *Part number 750A-121 is for entire assembly. To order individual parts, see parts list above.*



750AT Left Hand Assembly – Part Number 750AT-117

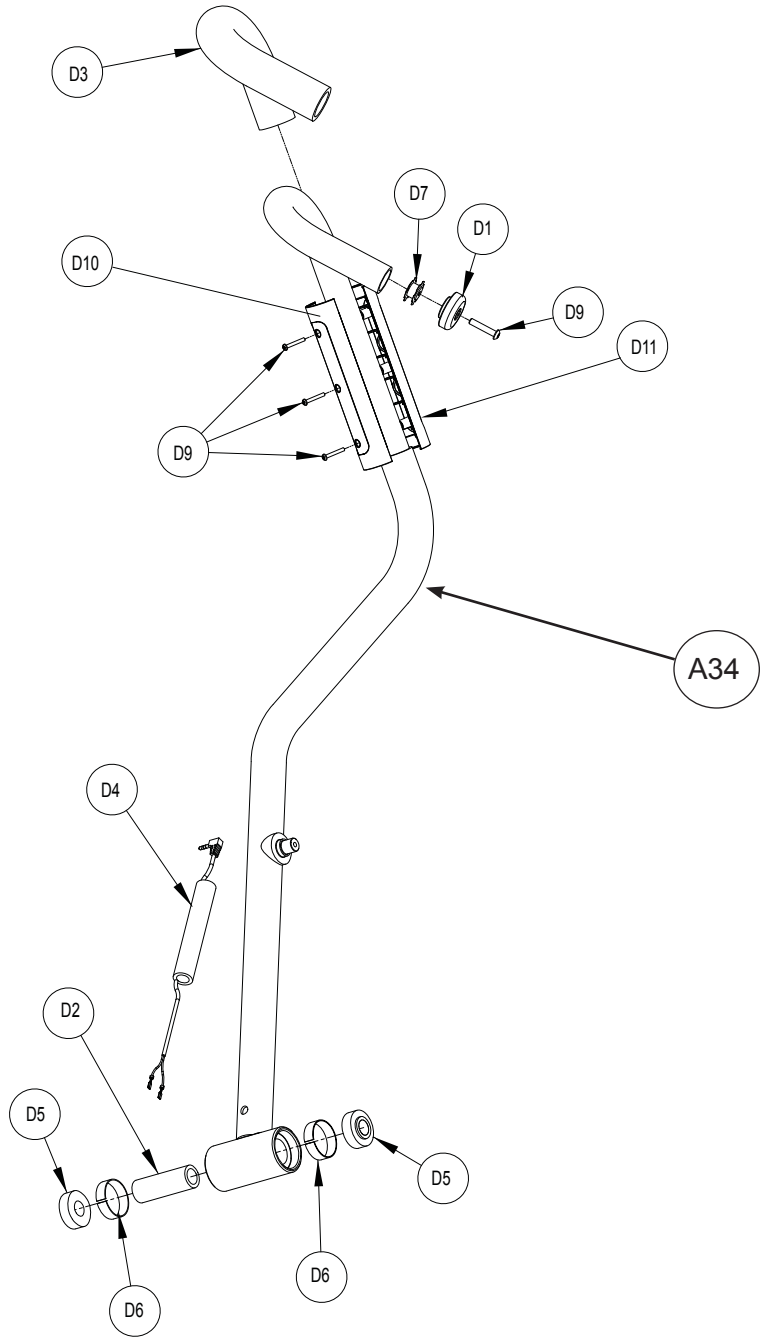
ITEM NO.	QTY.	PART NUMBER	DESCRIPTION
D1	1	610A-350	END CAP
D2	1	610A-356	TUBE, SPACER
D3	1	750A-388	GRIP, RUBBER
D4	1	AW-18286	CABLE, 610A, CHR GRIP
D5	2	FB030232	BEARING, RADIAL 17 mm EXTENDED RACE
D6	2	FC030006	TOLERANCE RING 1.575 ID
D7	1	HF449064	INSERT 1.12 X .250-20 UNC
D8	3	HT532517	TAP SC #6 X 1.00, TYPE A, PPHD
D9	1	HX620420	BHSCS .250-20 X 1.250 SS
D10	1	740A-408	HEART GRIP
D11	1	740A-407	HEART GRIP



NOTE: *Part number 750AT-117 is for entire assembly. To order individual parts, see parts list above.*

750AT Right Hand Assembly – Part Number 750AT-118

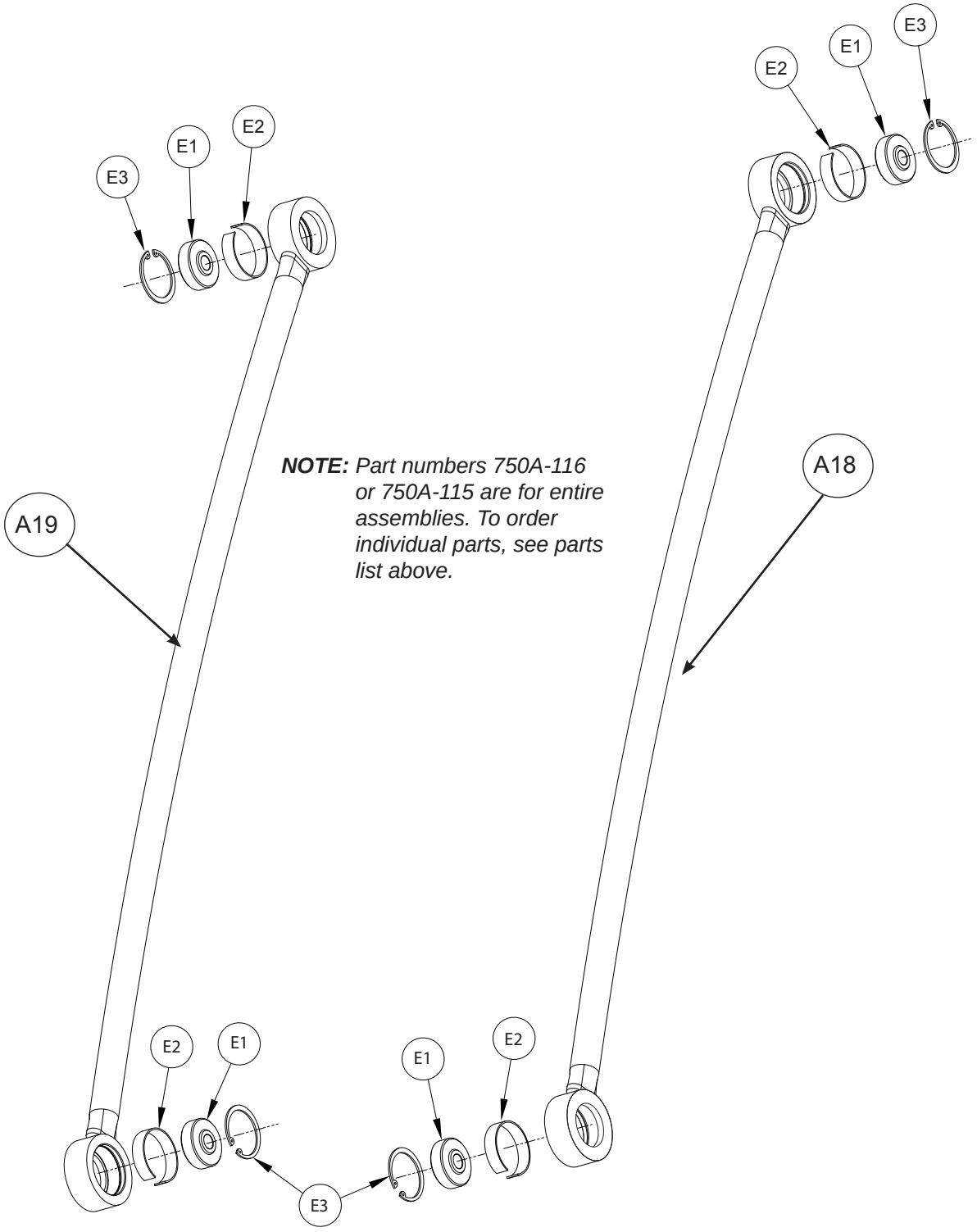
ITEM NO.	QTY.	PART NUMBER	DESCRIPTION
D1	1	610A-350	END CAP
D2	1	610A-356	TUBE, SPACER
D3	1	750A-388	GRIP, RUBBER
D4	1	AW-18286	CABLE, 610A, CHR GRIP
D5	2	FB030232	BEARING, RADIAL 17 mm EXTENDED RACE
D6	2	FC030006	TOLERANCE RING 1.575 ID
D7	1	HF449064	INSERT 1.12 X .250-20 UNC
D8	3	HT532517	TAP SC #6 X 1.00, TYPE A, PPHD
D9	1	HX620420	BHSCS .250-20 X 1.250 SS
D10	1	740A-408	HEART GRIP
D11	1	740a-407	HEART GRIP



NOTE: *Part number 750AT-118 is for entire assembly. To order individual parts, see parts list above.*

Left and Right Linkage Assembly Part Numbers 750A-115 and 750A-116

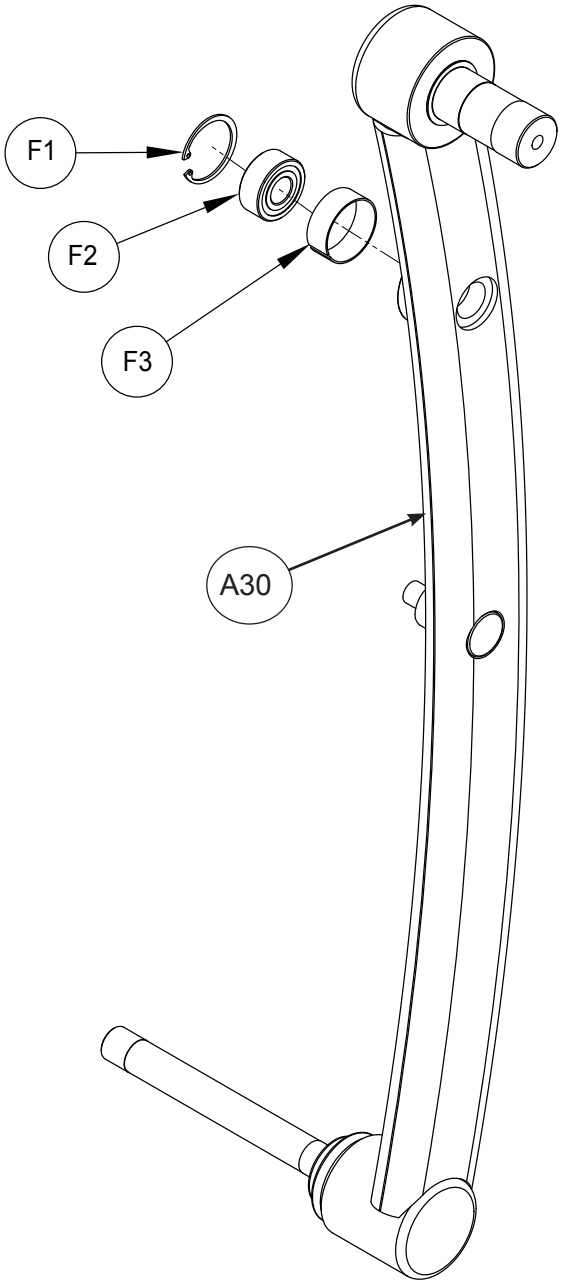
ITEM NO.	QTY.	PART NUMBER	DESCRIPTION
E1	2	FB030244	BEARING, RADIAL BALL. .50 ID X 1.688 OD
E2	2	FC030004	TOLERANCE RING 42 (1.653) ID
E3	2	HX-17143	RING RETAINING, INTERNAL, .500-168

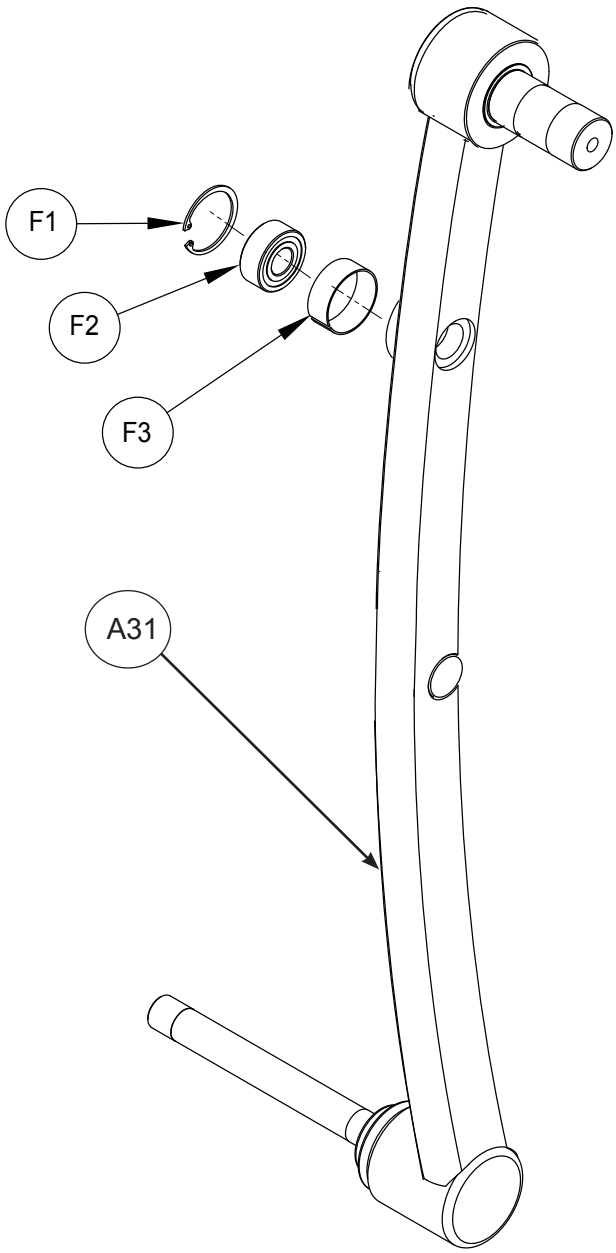


750AT Left and Right Foot Plate Arm Assembly
Part Number 750AT-112 and 750AT-113

ITEM NO.	QTY.	PART NUMBER	DESCRIPTION
F1	1	BR030225	RETAINING RING 1.438 INTERNAL
F2	1	FB030248	BEARING, SPHERICAL 15MM
F3	1	FC030005	TOLERANCE RING 1.378 ID

NOTE: *Part numbers 750A-112 or 750A-113 are for entire assemblies. To order individual parts, see parts list above.*

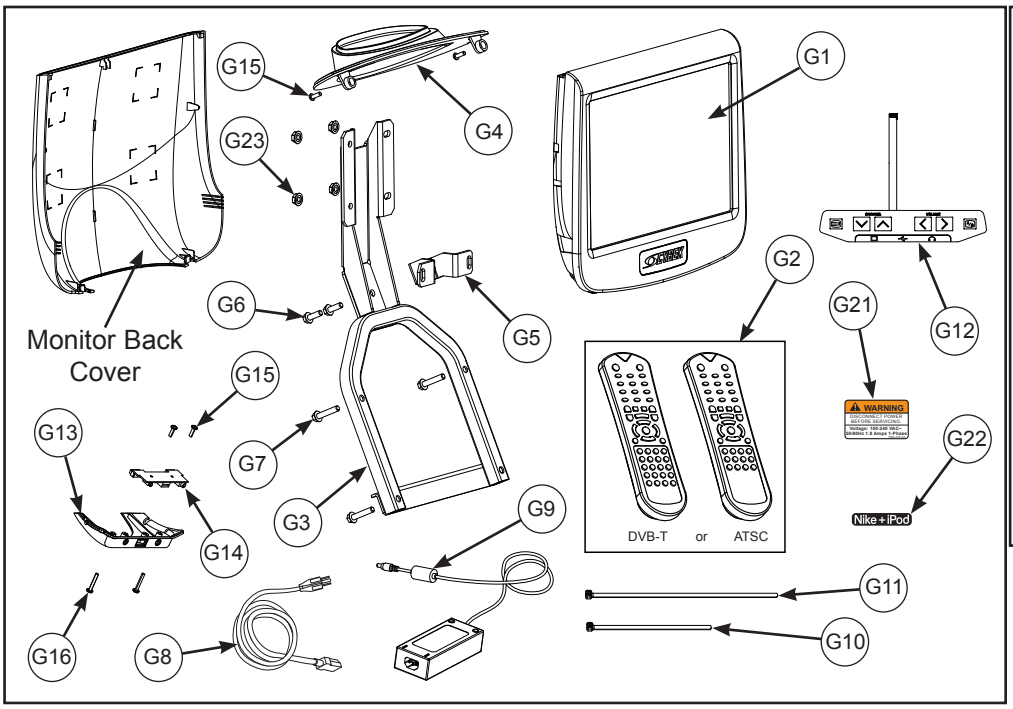


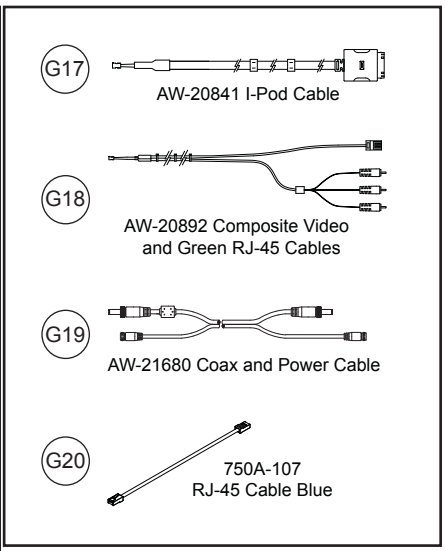


DIGITAL PEM MONITOR OPTION

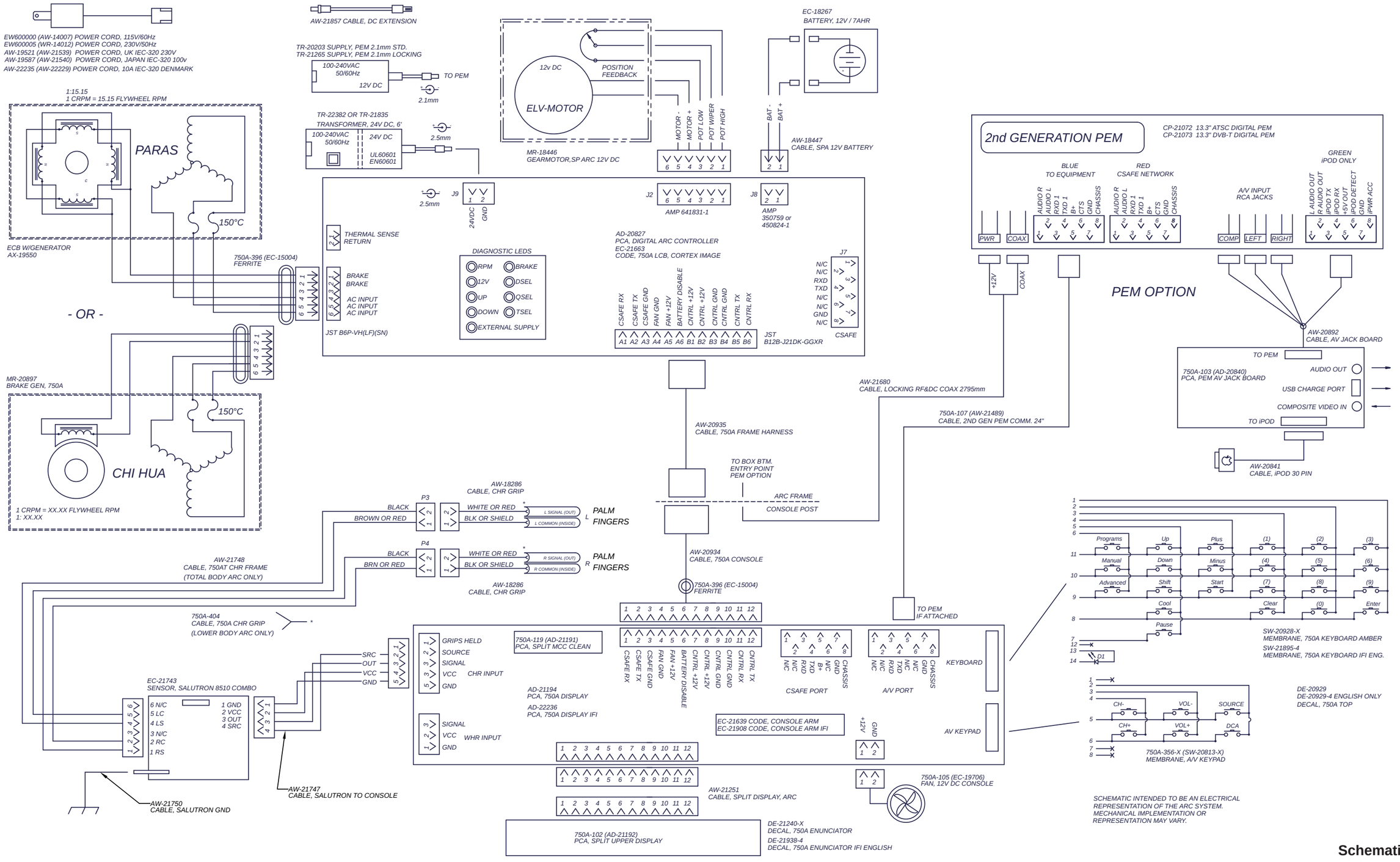
ITEM NO.	QTY.	PART NUMBER	DESCRIPTION
G1	1	CP-21072	MONITOR, 13.3" ATSC NTSC PEM
G1	1	CP-21073	MONITOR, 13.3" DVB-T PEM
G2	1	CP-21632	REMOTE CONTROL, ATSC
G2	1	CP-21531	REMOTE CONTROL, DVB-T
G3	1	750A-217	W AV CONSOLE SMALL
G4	1	740A-387	CONSOLE, TOP AV
G5	1	750A-360	BRACKET, AV LOWER SMALL CONSOLE
G6	2	JC620415	BHSCS .250-20 X .75
G7	4	HM621120	SCREW HEX HD FLANGE .250-20 X 1.25
G8	1	VARIES	POWER CORD
G9	1	TR-21265	POWER SUPPLY
G10	3	EW000028	CABLE TIE, 8"
G11	1	EW000029	CABLE TIE, 15"
G12	1	750A-356-X	MEMBRANE, A/V KEYPAD
G13	1	740A-388	COVER, JACK BOARD AV
G14	1	750A-103	PCA, HANDSET AUDIO JACK
G15	4	HT552512	TAP SCREW, 8-16 X .50, PN HD PHIL BLK
G16	2	HT552517	TAP SCREW, 8-16 X 1.00, PN HD PHIL BLK
G17	1	AW-20841	CABLE, I-POD
G18	1	AW-20892	CABLE, COMP AV JACK
G19	1	AW-21680	CABLE, LOCKING RF & DC POWER CABLE, 2795MM
G20	1	750A-107	CABLE, 5E BONDED-PAR-RJ45 ROUND
G21	1	750A-372-X	DECAL, WARNING
G22	1	750A-441	LABEL, NIKE+I-POD
G23	4	N/A	PEM MOUNTING NUT (PART OF MONITOR-G1)
NS	1	750A-394	POSTER, ASSY INSTR MONITOR
NS	2	N/A	BATTERIES, REMOTE CONTROL, AAA SIZE
NS	1	LT-21264	PERSONAL ENTERTAINMENT MONITOR MANUAL, ATSC
NS	1	LT-21788	PERSONAL ENTERTAINMENT MONITOR MANUAL, DVB-T

NS = Not Shown





Appendix E – 750A/750AT SCHEMATIC



10 Trotter Drive Medway, MA 02053 • 508-533-4300 • FAX 508-533-5183
www.cybexinternational.com • techhelp@cybexintl.com